



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN DE LA SALUD**

**PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO Y FACTORES ASOCIADOS
EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA, 2016.**

**Tesis previa a la obtención del grado
académico de Magister en Investigación de la
Salud.**

AUTOR: José Luis Santos Morocho.

DIRECTOR: Dr. Manuel Ismael Morocho Malla., Mgs.

ASESOR: Dr. Julio Alfredo Jaramillo Oyervide., PhD

Cuenca - Ecuador

2017

RESUMEN

Objetivo:

Determinar la prevalencia y factores asociados al estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca. 2016

Métodos:

Estudio analítico transversal, la muestra fue probabilística, por conglomerado bietápico en 358 estudiantes seleccionados aleatoriamente. Se aplicó un formulario con variables demográficas y algunos factores asociados, además: el test de APGAR familiar, test de AUDIT, escala de Hamilton, cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y el inventario SISCO. Se determinó la relación de factores asociados al estrés académico, para esto se usó la razón de prevalencia (RP) con una precisión del intervalo de confianza (IC al 95%), y una significancia estadística comprobada mediante el X² con su valor (p) < 0,05.

Resultados:

La prevalencia del estrés académico fue del 87,2%. La media de edad fue de 21,34 años, entre un mínimo de 18 y un máximo de 36 años. Los adultos jóvenes representaron el 67,6%. El sexo femenino el 63,1%. Los solteros el 93,6%. Se determinó asociación estadísticamente significativa con: el estado civil y carreras de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica con: RP >1; IC (95%) >1; Valor (p) < 0,05.

Conclusiones:

Los estudiantes con estrés académico tuvieron como factor de riesgo a las carreras de Medicina y Odontología, fueron factores protectores la carrera de Psicología Clínica y Enfermería, factores de riesgo y en ocasiones protectores el sexo, la edad, la residencia, el ciclo la repitencia, la funcionalidad familiar, el consumo de alcohol, la depresión y el afrontamiento.

Palabras Claves: ESTRES ACADEMICO, AGOTAMIENTO PSIQUICO, PREVALENCIA, ESTUDIO TRASVERSAL, RAZON DE PREVALENCIA, CIENCIAS DE LA SALUD.

ABSTRAC

Objective:

Determine the prevalence and factors associated with academic stress in students of Health Sciences of the Catholic University of Cuenca. 2016

Methods:

Analytical, cross-sectional study, the sample was probabilistic, by two-stage cluster in 358 randomly selected students. A form with demographic variables and associated factors was applied, in addition: the familiar APGAR test, AUDIT test, Hamilton scale, stress coping questionnaire (CAE) and the SISCO inventory. The ratio of factors associated with academic stress was determined by using the prevalence ratio (PR) with a confidence interval accuracy (95% CI), and a statistical significance verified by X2 with its value (p) <0.05

Results:

The prevalence of academic stress was 87.2%. The mean age was 21.34 years, between a minimum of 18 and a maximum of 36 years. Young adults accounted for 67.6%. The female sex was 63.1%. The singles 93.6%. A statistically significant association was determined with civil status and careers in Medicine, Dentistry, Nursing and Clinical Psychology with: $RP > 1$; $CI (95\%) > 1$; Value (p) <0.05.

Conclusions:

Students with academic stress had a risk factor for the medical and dental careers, the career of Clinical Psychology and Nursing, risk factors and sometimes-protective factors were sex, age, residence, cycle Repetition, family functionality, alcohol consumption, depression and coping.

Keywords: BURNOUT ACADEMIC, PSYCHIC EXHAUSTION, HEALTH SCIENCES PREVALENCE, CROSS-SECTIONAL STUDY, PREVALENCE RATIO, HEALTH SCIENCES.

ÍNDICE

RESUMEN	2
ABSTRACT.....	3
CLÁUSULA DE DERECHOS DE AUTOR	7
CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL	8
DEDICATORIA	9
AGRADECIMIENTO	10
CAPÍTULO I.....	11
1.1. Antecedentes.	11
1.2. Planteamiento del problema.	12
1.3. Justificación.	13
CAPÍTULO II.....	16
2. Fundamento teórico.....	16
2.1. Estado del arte del estrés académico.	16
2.2. Factores Asociados al estrés académico.	19
2.2.1. Edad	19
2.2.2. Sexo.....	19
2.2.3. Estado Civil.....	20
2.2.4. Residencia.....	20
2.2.5. Carrera	20
2.2.6. Ciclo	21
2.2.7. Repitencia	21
2.2.8. Funcionalidad familiar	21
2.2.9. Consumo de alcohol	22
2.2.10. Depresión.....	22
2.2.11. Afrontamiento	22
2.3. Estrés Académico	23
2.3.1. Definición.....	23
2.4. La formulación etiopatogénica del estrés Académico	23
2.5. Nuerofisiología del estrés académico	24
2.6. Datos epidemiológicos del estrés académico.	24
2.7. Orientación teórica para el estudio del estrés académico.	25
2.8. Nosología psicológica del estrés académico.	27



2.8.1. Los estresores para el surgimiento del estrés académico.	27
2.8.2. Los Síntomas del desequilibrio sistémico	28
2.8.3. El afrontamiento o restaurador del equilibrio sistémico	30
2.9. Niveles del Estrés Académico.....	31
2.9.1. Estrés académico leve.	31
2.9.2. Estrés académico moderado	32
2.9.3. Estrés académico grave o crónico	32
CAPÍTULO III.....	33
HIPÓTESIS Y OBJETIVOS.....	33
3.1. Hipótesis.....	33
3.2. Objetivos	33
3.2.1. Objetivo General.....	33
3.2.2. Objetivos Específicos	33
CAPÍTULO IV.....	34
MATERIALES Y MÉTODOS.....	34
4.1. Diseño.....	34
4.2. Universo.	34
4.3. Muestra	34
4.4. Criterios de inclusión y exclusión	35
4.4.1. Criterios de inclusión	35
4.4.2. Criterios de exclusión	36
4.5. Variables.....	36
4.5.1. Operacionalización de las variables. (Anexo N°5)	36
4.6. Método, tecnica, instrumento y procedimiento para obtener la información.	36
4.6.1. Método	36
4.6.2. Técnica	36
4.6.3. Instrumentos	36
4.6.4. Procedimiento para la recolección de la información	38
4.7. Procesamiento y análisis de la información.....	38
4.7.1. Medidas estadísticas.	38
4.8. Procedimientos para garantizar aspectos éticos	39
Resultados	41
5.1. Cumplimiento del estudio	41
5.2. Análisis de los resultados	41
5.3. Contrastación de hipótesis.....	50
CAPÍTULO VI.....	51




6.1. DISCUSIÓN.....	51
CAPITULO VII.....	57
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	57
7.1. CONCLUSIONES	57
7.2. RECOMENDACIONES	58
7.3. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	59
ANEXOS	63
Anexo No 1. Consentimiento Informado.	63
Anexo No 2. Formulario de recolección de la Información	65
Anexo No 3. Cribas de Calificación de los Test.....	68
Anexo No 4. Calculo de la muestra en EPI INFO	69
Anexo No 5. Operacionalización de las variables.....	70
Anexo No 6. Pilotaje.	73
Anexo No 7. Autorización para el estudio.....	75

CLÁUSULA DE DERECHOS DE AUTOR

José Luis Santos Morocho, autor de la tesis “Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016”, reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Magister en Investigación de la Salud. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autor.

Cuenca, 31 de enero del 2017



.....
José Luis Santos Morocho
C.I. 0104414610

CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

José Luis Santos Morocho, autor de la tesis “Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor.

Cuenca, 31 de enero del 2017



.....
José Luis Santos Morocho
C.I. 0104414610



DEDICATORIA

A mis hijos razón de mi existir, por su amor y apoyo.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad de Cuenca, Facultad de Ciencias Médicas, por diseñar la Maestría en Investigación de la Salud, a todos los docentes, a la Directora y Coordinador y particularmente a los estudiantes de las carreras de Ciencias de la Salud de la UCACUE que apoyaron este proyecto.

Expreso mi agradecimiento a la Universidad Católica de Cuenca, a su Rector Fundador Doctor César Cordero Moscoso por el apoyo brindado durante mis estudios.

A Doctor Enrique Pozo Cabrera, Rector de la Universidad Católica de Cuenca por su apoyo en la ejecución de este proyecto investigativo.

Mi agradecimiento al Doctor Ismael Morocho quien en calidad de Director guio este trabajo de investigación.

A Doctor Julio Jaramillo Oyervide por su asesoría y amistad.

José Santos Morocho.

CAPÍTULO I

1.1. Antecedentes.

En la modernidad, hablar de estrés académico es referir a uno de los problemas de salud que afecta a los estudiantes durante las etapas de formación profesional, por lo que es imperante referirse como antecedente psicológico a este fenómeno multivariable como el resultante de la interacción entre la persona y los eventos que trascurren durante el proceso enseñanza-aprendizaje, y que permiten reconocer que día a día los alumnos están llamados a autoexigirse y a convivir con los retos que les demanda una gran cantidad de recursos físicos, psicológicos y comportamentales, que a su vez requieren del organismo estrategias para afrontar.

Las instituciones de educación superior tienen como visión mejorar sus estándares de calidad, por lo que, todo su contingente esta en pro de la gestión universitaria que a su vez implica la presencia de estrés en sus actores (estudiante-profesor) y a pesar que durante la última década las investigaciones del estrés académico han sido prolijas y numerosas, este fenómeno sigue afectando a la salud de los educandos.⁽¹⁾ Los mayores niveles y las carreras más afectadas por el estrés académico son las Ciencias de la Salud, en particular Medicina,⁽²⁾ Odontología,⁽³⁾ Psicología⁽⁴⁾ y Enfermería.⁽⁵⁾

En el mundo, uno de cada cuatro individuos sufre de estrés académico, y en las universidades se estima que el 50% de los estudiantes puede desarrollar problemas de salud como: el consumo de alcohol, la depresión y algunas dificultades de orden familiar; dicha condición en los estudiantes implica la presencia de estrés en las actividades académicas.⁽⁶⁾

Investigaciones realizadas en el continente Africano ubica la prevalencia de estrés académico en un 64,5% especialmente en estudiantes de Medicina.⁽⁷⁾ En Latinoamérica la prevalencia del estrés académico moderado es de un 90%⁽⁸⁾; en el continente Americano son varias las investigaciones publicadas al respecto, destacándose países como: México, Chile, Perú, Colombia y Venezuela, reportando una frecuencia superior al 67%.⁽⁹⁾ En población de Ciencias de la Salud la prevalencia de estrés académico es de hasta un 36,3%.⁽²⁾ En el Ecuador la prevalencia del estrés académico es del 83%.⁽⁵⁾ En Cuenca la prevalencia del estrés académico es del 84,4% en estudiantes de la escuela de medicina.⁽¹⁰⁾

1.2. Planteamiento del problema.

El estrés académico como problema de salud tiene que ser estudiado constantemente, debido a que su prevalencia a nivel internacional es elevada⁽⁹⁾, y que frente a las nuevas exigencias gubernamentales impuestas para las Universidades Ecuatorianas este problema de salud es cada vez más frecuente, aumentando considerablemente su prevalencia.^(5, 10)

El problema medular en las investigaciones sobre el estrés académico es la diversificación de múltiples enfoques conceptuales y metodológicos,⁽¹¹⁾ que si bien por un lado han apartado significativos resultados por otro ha dificultado la posibilidad de definir a futuro estrategias de intervención, esta compleja apreciación permite ver un problema en los posicionamientos de las teorías que han surgido a lo largo de la historia para la comprensión y explicación del estrés académico como un hecho psicobiológico, que a veces puede tener similitudes con la ansiedad y la depresión, e incluso desencadenar problemas de consumo de alcohol, fracaso académico y disfuncionalidad familiar.⁽¹²⁾

La mayor parte de estudios sobre el estrés académico se basan únicamente en los estresores académicos, girando sobre ellos las individualidades culturales y propias de cada contexto en donde se estudia, sin embargo estas condiciones metodológicas no permiten apreciar los factores que pueden estar influyendo en su apareamiento, estos estudios concibe la existencia de una única dimensión implicada en el estrés, bien sea la causa o su efecto.⁽¹³⁾

Una perspectiva más holística y sistémica, considera al estrés académico desde el enfoque transaccional, como una concepción cognitiva que implica el juicio del estudiante frente a los múltiples estímulos académicos, pero no se reflexiona sobre la relación o el grado de afección que puede causar en la salud e incluso limitar el papel de afrontamiento en momentos críticos de su manifestación en el organismo del alumno.⁽¹⁴⁾

Las limitaciones de la perspectiva sistémica han sido de orden metodológico, proliferando multiplicidad de interpretaciones, muchas de estas no guardan una consistencia en la construcción de la teoría de cada ambiente donde se ha investigado, de esta manera la literatura científica toma como una verdad y afirma que el estrés académico es ocasionado en las aulas universitarias y que afecta principalmente a los estudiantes y que además acarrea un sinnúmero de problemas biopsicosociales-culturales.

Por lo tanto es un problema no saber si los factores como: la edad ⁽¹⁾, el sexo ⁽¹⁵⁾, el estado civil ⁽¹⁶⁾, la residencia^(8,17) , la carrera ⁽²⁾, el ciclo que estudia ⁽⁹⁾, la repitencia ⁽⁸⁾, la funcionalidad familiar ⁽¹¹⁾, el consumo de alcohol⁽¹⁸⁾, la depresión ⁽¹⁹⁾ y el afrontamiento ^(15,17) estresan a los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca, y si es así en qué porcentaje y con qué factores mencionados se relaciona significativamente.

El problema del estrés académico radica en las múltiples exigencias del ambiente y esto es confirmado tanto por la ciencia como por la experiencia de profesionales expertos en la docencia universitaria, quienes sugieren que el estrés en los estudiantes de educación superior no debe ser tomado a la ligera; que la Universidad Católica de Cuenca tiene una gran exigencia de calidad en la formación de profesionales lo que adiciona vulnerabilidad psicológica, considerando la probabilidad de consumo de alcohol, depresión y bajos niveles de afrontamiento.

Por lo analizado, se considera que existe un vacío del conocimiento en la población que se pretende estudiar este fenómeno académico, por lo que, esta investigación contribuirá al enriquecimiento teórico de este problema que cada vez afecta más a los estudiantes universitarios.

Son estas las razones que permiten formular la siguiente pregunta de investigación.

¿Cuál es la prevalencia y factores asociados al estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca?

1.3. Justificación.

Este problema requieren de esta investigación para que indague la expresión y asociación de este fenómeno, ya que los conocimientos disponibles son insuficientes, con este estudio el autor pretende someter a prueba los resultados existentes en la literatura científica, debido a que el estrés académico es un problema de salud reciente y que necesita que se investigue mucho más.

La ejecución de esta investigación puede contribuir a la generación de nuevas investigaciones, que tributen a la intervención sobre aquellas variables que se manifiestan afectando la salud y armonía de las actividades de los estudiantes durante su preparación profesional.

Investigar el estrés académico es justificable, porque en la Universidad Católica de Cuenca durante los últimos años no ha sido descrito en todas las áreas de Ciencias de la Salud como: Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica. En la parte social y educativa se justifica la ejecución de este trabajo porque permite seleccionar aquellos factores que están influenciando directamente en la salud y que junto a la gestión de la docencia constituyen elementos de vulnerabilidad, poniendo en peligro la formación profesional del estudiante e incluso afectando su rendimiento académico.

En el plano teórico, aportaría a tener un conocimiento más integrado del estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca. La realización de esta investigación se justifica porque encaja con la línea de investigación de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca denominada “Problemas de Salud Prevalentes Prioritarios” y con la línea de Investigación de la Universidad Católica de Cuenca “Salud Mental” por lo que a futuro podría generar nuevas sub-líneas de investigación en donde se podrían controlar y actuar sobre las condiciones que favorecen al apareamiento del estrés académico.

El impacto que causa esta investigación consiste en obtener información sobre la prevalencia del estrés académico, cuyos resultados permitan contribuir a futuro con una Universidad Católica de Cuenca más saludable, que beneficie la salud integral del estudiante como seres humanos capaces de enfrentarse a un proceso de educación de calidad pero sin estrés académico.

Además este estudio justifica su factibilidad, porque cuenta con la aprobación del comité de bioética de la Universidad de Cuenca, Facultad de Ciencias Médicas, con la dirección y asesoría de expertos en Salud Mental y Autoridades de la Universidad Católica de Cuenca; lo que permitirá levantar una información valiosa sobre el estrés académico, en el contexto socioeducativo y psicosocial de las carreras de Ciencias de la Salud, aportando así a resolver la pregunta sobre la frecuencia y las condiciones a las que está asociado esta problemática estudiantil.

Los resultados estarán disponibles en el repositorio digital de la Universidad de Cuenca, donde podrían ser de utilidad para futuras investigaciones en el tema, o serviría para una posible publicación en la revista de la Facultad de Ciencias Médicas, de la Universidad de Cuenca.



Finalmente, se trata de una investigación local, cuyos resultados permiten aportar información científica sobre el estado de salud mental de los estudiantes de la Universidad Católica de Cuenca, además los resultados serán socializados con el fin de hacer conocer la problemática a las autoridades, docentes y estudiantes de la institución de educación superior.

CAPÍTULO II

2. Fundamento teórico.

2.1. Estado del arte del estrés académico.

En la actualidad las exigencias académicas obligan a los estudiantes a estar en un ambiente lleno nerviosismo y ansiedad, analogía perfecta para describir lo que causa el estrés en las aulas universitarias, situación de la que desafortunadamente no escapa ningún estudiante. El estrés académico ha llegado a ser un problema de salud que se incrementa en forma alarmante en la Universidad Católica de Cuenca, por lo que, se infiere que su presencia podría afectar el bienestar subjetivo de los estudiantes.

Por esto es necesario difundir el conocimiento sobre este problema y los diferentes factores que son el detonante para que se genere estrés académico; todo esto con la finalidad de prevenirlo, diagnosticarlo e iniciar su abordaje psicoterapéutico temprano, evitando de esta forma las consecuencias y los efectos tan intensos que tiene sobre el estudiante universitario.

En Estados Unidos de Norte América un estudio realizado en 392 estudiantes de dos universidades, Misra y Castillo encontraron que la prevalencia del estrés académico fue del 64,5% y sus reacciones se presentaron a nivel fisiológico, emocional, comportamental y cognitivo.⁽⁹⁾

En 205 estudiantes Latinoamericanos, se encontró una prevalencia del 90% de estrés académico moderado; de la población estudiada, el 58% correspondió al sexo femenino y un 42% al sexo masculino, y se estudió variables tales como el sexo, la edad y la repitencia.⁽⁸⁾

En España, en 40 estudiantes se determinó que la prevalencia del estrés académico está entre el 72%, aquí el autor incluyó variables moderadoras como la edad y sexo, psicosociales como: las estrategias de afrontamiento, psicosocioeducativas a la carrera y al ciclo, además socioeconómicas como: el lugar de residencia; dichas variables inciden en todo el proceso del estrés académico, desde la aparición de los factores causales, hasta las propias consecuencias, por lo que unas y otras pueden contribuir a que el estudiante afronte las manifestaciones psicosomáticas de manera adecuada. Este estudio encontró relación con el consumo de bebidas alcohólicas en períodos de estrés académico en un porcentaje del 30%.⁽¹⁹⁾

En Cuba, en Ciencias Médicas en 42 estudiantes la prevalencia del estrés académico fue del 50.9%; en cuanto a los estilos de afrontamiento, representó un 71.4% y predominó la estrategia enfocada en la solución del problema, como indicador de un afrontamiento adecuado frente a los eventos estresores como la sobrecarga académica. ⁽¹⁵⁾

En Murcia-España, en 700 estudiantes, la prevalencia del estrés académico fue del 47,1% y está relacionada con la depresión en el 55,6%. Los resultados del análisis multivariante demostraron que las personas de sexo femenino son quienes muestran más riesgo de ansiedad (OR: 2,30; IC 95 1,65-3,19) y depresión (OR: 1,98; IC 95% 1,43 -2,76). ⁽¹²⁾

En México, su máximo representante en estudios sobre este tema Arturo Barraza quien manifiesta, que el estrés académico afecta a la persona que constantemente evalúa a su medio ambiente en el cual se desenvuelve y lo toma como algo amenazante, a esto lo denominó entrada de los estresores, por otra parte en sus estudios afirma que generalmente el organismo gasta innecesariamente recursos para enfrentar las demandas del medio, a este segundo proceso lo llamó desfogue o salida del estrés académico. ⁽¹⁴⁾

En México, Barraza en 120 estudiantes de pregrado encuentra una prevalencia del estrés académico del 76%; al análisis de diferencia de grupos permite afirmar que la variable género influye en el apareamiento de la sintomatología del estrés. ⁽²⁰⁾

Otro estudio en México, en 152 alumnos, demuestra que la prevalencia del estrés académico es del 95% y que el género, el estado civil y la carrera que estudian actúan como un efecto en constante variación en el estrés académico. ⁽²¹⁾ En México, en estudiantes de educación media, se reportan niveles de estrés académico del 86%; se considera variables relacionadas con los síntomas psicológicos y variables demográficas tales como: edad, sexo y estado civil. ⁽²²⁾

En México, en 527 estudiantes, se encontró una prevalencia del estrés académico superior al 50%, en donde la capacidad de afrontamiento ante el estrés académico puede verse inadecuado en algunos estudiantes, asociándolo con la poca tolerancia a la frustración, esta asociación fue estadísticamente significativa, obteniendo valores (p) menores a 0,05. ⁽²³⁾ En Guadalajara, Caldera Montes, investigó la relación entre los niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología, obteniendo una prevalencia del 19.13%; consideró variables sociodemográficas tales como: edad, sexo y ocupación, estas se relacionan con la condición de estrés de los participantes en el estudio. ⁽⁴⁾

En Venezuela, en 321 estudiantes, el estrés académico reportó una prevalencia del 90%; los factores estresores fueron: la excesiva cantidad de contenidos por estudiar, alcanzando niveles hasta del 83.80%; además se consideró un estresor entrar al aula cuando la clase ya había iniciado, esto reveló un porcentaje del 81.30%. ^(24 p742)

En Argentina, la prevalencia de estrés académico se ubicó en el 71,18%, se consideró al estrés académico un problema de salud y se ha investigado en relación a las variables como: género, edad y estrategias de afrontamiento. Se encontró una prevalencia de estrés académico del 95%, las estrategias de afrontamiento que usaban los estudiantes fueron: la habilidad asertiva que representó el 71,18% y la ventilación de confidencias que sumó el 69,49%. ^(25p3)

En Chile, en 438 estudiantes, la prevalencia de estrés total (leve, moderado y severo) en las carreras de salud mencionadas de la Universidad de los Andes (UANDES) fue del 36,3%. ⁽²⁾

En Brasil, un estudio en población universitaria determinó una prevalencia de estrés moderado del 40,8% frente a la prevalencia de estrés leve que reportó el 33,3% y el estrés profundo alcanzó el 3%. Las variables que se relacionaron con el estrés son la ansiedad y la depresión. Los factores académicos asociados considerados en este estudio fue la repitencia, la edad y el sexo. ⁽¹²⁾

En México-Jalisco, en la facultad de medicina, un estudio manifestó que la prevalencia de estrés académico en señoritas fue del 40,5% (37,8% leve y 2,7% moderado) y en los caballeros del 30,1% (26,7% leve y 3,4% moderado). El apareamiento de la frecuencia total de estrés académico fue significativamente importante en las personas de sexo femenino con un valor $(p) < 0,05$; en contraposición con los resultados que afirmaron que pertenecer a un determinado sexo marca una diferencia significativa de estrés. ^(26 p7)

La prevalencia de estrés académico según la carrera y el año de estudio, determinó que Medicina tiene significativamente más prevalencia de estrés académico, en tanto que Psicología es la carrera con menor prevalencia, esta comparación fue estadísticamente significativa según el valor $(p) < 0,005$; al comparar los ciclos académicos concluyeron afirmando que el primer año presentó más estrés a diferencia del sexto semestre que fue considerado como bajo en lo que se refiere a la presencia del estrés académico y estos hallazgos fueron corroborados por el valor $(p) < 0,01$. ^(26p8)

En Perú, en 118 alumnos encuestados, el 96,6% presentaron estrés académico; el ciclo con mayor estrés fue el tercer año. Las mujeres presentaron un nivel de estrés académico del 96% y los varones del 46%.⁽¹⁶⁾

En Ecuador, de 90 estudiantes de carreras de salud la prevalencia del estrés académico fue del 83%.⁽⁵⁾ En Cuenca, en 876 estudiantes, la prevalencia del estrés académico fue del 84,4%, el sexo femenino con el 60,7%, la repitencia escolar representó el 11,1%, los estudiantes que viven solos fueron del 10,3%.⁽¹⁰⁾

2.2. Factores Asociados al estrés académico.

Las principales variables relacionadas al estrés académico son: psicológicas, académicas, sociodemográficas y/o situacionales.

2.2.1. Edad

Feldman, L. Goncalves, en Venezuela, realizó un estudio trasversal en 321 estudiantes, encontrando en sus resultados que los más jóvenes son los que presentan mayor estrés académico en un porcentaje del 63%.⁽²⁴⁾ Felino Ortiz Rodríguez, en su estudio sobre el estrés académico, concluyó demostrando que la distribución de la variable edad fue del 60%, en el grupo de 18-20 años, seguido por el grupo de 20-22 años con un 22%, y solo el 18% para los estudiantes mayores a 23 años.⁽⁸⁾

2.2.2. Sexo

Díaz Martín Yanet, en su estudio afirma que el sexo femenino presenta mayor estrés académico, pero también dispone de más estrategias de afrontamiento.⁽¹⁵⁾

En el estudio sobre el estrés académico realizado por Martínez Díaz, E. S, en el año 2007 encontró diferencias significativas entre género, destacando el femenino como el más vulnerable con una frecuencia porcentual del 73%, además la variable sociodemográfica denominada apoyo familiar tenía una relación estadísticamente significativa con el estrés de los estudiantes.⁽²⁷⁾

Barraza, 2009 explica con respecto al sexo y su influencia en el estrés académico afirmando que la cultura y la formación de cada persona antes de entrar en un ambiente estudiantil

puede deberse a la condición biológica del sexo y esto lo explica a través de la teoría cognitiva, que en una de su postulado manifiesta que las valoraciones que hace una persona sobre un evento estresor dependerá en gran parte de su configuración cerebral y de las diferencias del género.^(22 p7)

Alba Ospina, en un estudio sobre estrés académico, concluyo que esta condición psicológica es más frecuente en personas del sexo femenino, demostrando una frecuencia del 61,7%.⁽¹⁷⁾

2.2.3. Estado Civil

Con respecto al estado civil, Bedoya Lau S. A, en su estudio, concluye que existe asociación estadísticamente significativa entre el estrés académico y la población universitaria soltera con una distribución porcentual del 95,1%; frente al 2,7% de los estudiantes que son de estado civil casados, este mencionado estudio también determinó la prevalencia del estrés académico medio en un porcentaje del 45,6%.⁽¹⁶⁾

2.2.4. Residencia

Alba Ospina, en un estudio realizado en Colombia, entre sus hallazgos encontró que el 65,1%, de los participantes es foránea, en contraparte a la población del mismo lugar (Manizales) que representó el 34,9%; en lo que se refiere a la prevalencia del estrés académico determinó que este fenómeno psicológico está presente en la población de estudiantes en un porcentaje del 16,56 % lo cual corresponde a un nivel moderado de estrés.⁽¹⁷⁾

En la investigación sobre el estrés académico y factores asociados en la Universidad de Cuenca Jara, FR; Juela EC, concluye que el mayor porcentaje de estudiantes son del Azuay, sector urbano, mientras que la prevalencia del estrés académico fue del 84,4%.⁽¹⁰⁾

2.2.5. Carrera

Marty, determinó que existe asociación entre las diferentes profesiones de la salud y el estrés académico, reportando que Medicina presentó una prevalencia del 31%, seguido por enfermería el 40%, Odontología el 44,4%, Psicología el 17%; esto con un valor de $(p) < 0,005$.⁽²⁾

2.2.6. Ciclo

Marty, determinó que existe asociación entre ciclo o nivel de estudios y el estrés académico, concluyendo: que los niveles o ciclos de primero a séptimo año presentan diferencias en la distribución del estrés, también encontró que el primer año de estudios universitarios tiene significativamente mayor prevalencia de estrés académico con un porcentaje del 60%, mientras que el curso con menor prevalencia fue el sexto nivel con el 24,2%; estas diferencias resultaron estadísticamente significativas según el estadígrafo del valor de $(p) < 0,01$.⁽²⁾

Felino Ortiz Rodríguez y Román Collazo CA, determino que los estudiantes cursantes del primer año de la carrera de Medicina tienen más riesgo para presentar estrés académico, lo que fue corroborado por el valor porcentual del 6%.⁽⁸⁾

2.2.7. Repitencia

Hernández, en el estudio sobre el estrés académico realizado en estudiantes de América Latina concluyó, que la repitencia de los ciclos académicos representan un elevado porcentaje que alcanza el 4%.⁽⁸⁾ Jara Figueroa, R. A, estudio la variable repitencia con el estrés académico, en estudiantes de medicina, encontrando valores poco significativos, como del 11,1% y los niveles del estrés académico con una distribución en frecuencia del 84,4%.⁽¹⁰⁾

2.2.8. Funcionalidad familiar

En un estudio local, realizado por Jara Figueroa y colaboradores, el 36% de estudiantes presentaron disfunción familiar grave según el test del APGAR familiar, sin embargo esta variable no tiene asociación estadísticamente significativa según el valor $(p) 0,116$.⁽¹⁰⁾

Un estudio trasversal realizado en Colombia, asoció estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología en una muestra probabilística de 251 estudiantes, se reportó mayor frecuencia en la disfuncionalidad familiar con una distribución porcentual del 61,8% (155 estudiantes), además se observaron que la frecuencia relativa fue alta en relación a los puntajes positivos de “siempre” y “casi siempre”^(11p5)

Es el estudio realizado en Colombia también se asoció la presencia de estrés académico con los 5 factores individuales evaluados por el APGAR familiar que miden la funcionalidad (apoyo, participación, ganancia, afecto y recursos), fueron estadísticamente significativas

solo las asociaciones evaluadas para la participación familiar, según el valor (p) 0,01 y afecto familiar con un valor (p) 0,04; la prevalencia del estrés académico fue del 47,3 %. ^(11p6)

2.2.9. Consumo de alcohol

En la Universidad de Cayetano Heredia de Lima-Perú, una investigación de corte transversal, estudió el consumo de alcohol y el estrés académico en estudiantes de enfermería; los cuestionarios usados fueron un test para medir el estrés académico y el test AUDIT, se aplicó a 82 participantes; cuyas conclusiones demostraron que los alumnos tenían una edad de 20,4 años, de las cuales el 92.7% eran personas solteras, el 69.5% no trabajaban, el 91.5% no tenían hijos y el 86.6% vivían con sus padres; el consumo de alcohol resultó en el 48% de estudiantes que consumieron 1-2 vasos en un día, el 56.1% una vez al mes y el 51.2% más de tres vasos en un día cualquiera. ⁽¹⁸⁾

2.2.10. Depresión

Un estudio realizado en Medellín-Colombia, por Gutiérrez Rodas, J. A, en estudiantes de Psicología, Odontología y Medicina sobre la asociación entre estrés académico y depresión usando la escala de Zung, obtuvieron los siguientes resultados: sin depresión 52,8 %, con depresión leve 29,9 % moderada 14,2 % y depresión severa 3,2 %. Para evaluar asociación entre las actividades generadoras de estrés académico y el trastorno del ánimo depresivo, se utilizó el Chi2 de tendencia, entre sus hallazgos se puede apreciar un incremento del riesgo de sintomatología depresiva en aquellos alumnos que presentan un nivel de estrés académico elevado. ⁽²⁸⁾

Feldman, L., en su estudio sobre el estrés académico y salud mental reportó que los problemas de salud auto percibidos tales como los síntomas depresivos se presentaron el 32%, esto fue evaluado por la Escala de salud general (GHQ). ⁽²⁴⁾

2.2.11. Afrontamiento

Ramírez Gutiérrez. D, en Universidad de Manizales, investigó estrategias de afrontamiento y estrés académico medido por el Cuestionario de estrategias de afrontamiento del estrés (CAE) encontrando en los estudiantes en un porcentaje del 29,8% tenían un afrontamiento adecuado y usaban la búsqueda de apoyo social como estilo o estrategia para hacer frente al estrés académico, esta asociación fue corroborada por (IC95%:17,3-44,9). ⁽¹⁷⁾

2.3. Estrés Académico

El estrés académico se manifiesta como una relación particular que establece un estudiante dentro del entorno educativo, el cual es evaluado por el sujeto como desbordante de sus recursos poniendo en peligro su bienestar psicológico. En la actualidad es considerado como generador de alteraciones en el estado emocional, logrando ser el responsable de dificultades en las relaciones interpersonales o de la salud física y mental. Algunas de sus manifestaciones se identifica en reacciones fisiológicas que están relacionadas con enfermedades de origen orgánico, cognoscitivas y actitudes ante sus semejantes consideradas como no adaptativas.⁽²³⁾

2.3.1. Definición

El estrés académico, es una valoración cognitiva que realiza el estudiante frente a las exigencias académicas denominadas estresores, y que se relacionan con las actividades académicas tales como: tareas, evaluaciones y exposiciones, frente a estas condiciones el organismo manifiesta nerviosismo, tensión y preocupación, afectando a los procesos psicológicos, afectivos y del comportamiento; estas manifestaciones obliga al estudiante activan las estrategias de afrontamiento para devolver el equilibrio sistémico del organismo.⁽²⁹⁾

2.4. La formulación etiopatogénica del estrés Académico

El estrés académico al ser un aspecto multicausal y con un predominio psicológico, permite justificar su análisis causal, partiendo de sus condiciones que exigen una adaptabilidad a un entorno nuevo, que en ocasiones vulnera el bienestar auto percibido de quien presenta la sintomatología, generando descompensación en la salud física y mental, se presenta cuando el estudiante evalúa un estímulo como amenazante, siendo los estresores la causa principal para que se de este problema de salud.⁽²¹⁾

La formulación etiopatogénica del estrés académico, permite comprender a este fenómeno psicológico desde una dimensión multicausal, siendo los factores desencadenantes los que más vulneran la percepción subjetiva del estudiante, es así que, el estrés académico se desencadena frente a la inserción y adaptación del sujeto al nuevo contexto educativo, vivenciado por los alumnos como lleno de incertidumbre ante nuevas experiencias.⁽³⁰⁾

Los factores mantenedores son las diferentes condiciones propias de la academia que constantemente activan en el estudiante la valoración cognitiva.

2.5. Neurofisiología del estrés académico

El estrés académico, al ser una condición psicológica su funcionamiento compromete varios sistemas del cuerpo como: el sistema nervioso, el sistema cardíaco y el sistema inmunológico, todos estos intervienen alterando los procesos dinámicos de la persona, pero sin duda el más significativo es el cerebro, específicamente el lóbulo frontal quien es el responsable de los procesos cognitivos superiores que interviene en la valoración subjetiva, entre ellos tenemos al pensamiento, la memoria, la atención, la sensopercepción y el lenguaje; los cuales junto a las funciones mentales superiores descomponen al estresor en cuatro fases:^(31,32)

- Recepción sensorial del estresor y selección de la información por el tálamo.
- Reacción al estrés mediante el córtex pre frontal (implicado en la toma de decisión, la atención, la memoria a corto plazo) y el sistema límbico el cual compara la nueva situación con los recuerdos.⁽³²⁾
- Activación de la respuesta en función de la experiencia del organismo (vía la amígdala (memoria emocional) y el hipocampo (memoria explícita)).⁽³²⁾
- Todo este proceso obedece a un complejo funcionamiento del hipotálamo-hipofisario.⁽³¹⁾

2.6. Datos epidemiológicos del estrés académico.

La epidemiología del estrés académico busca determinar la distribución y los determinantes de esta afección psicosomática, lo considera como un estado o evento de estudio, porque se relaciona con la salud y es pertinente el análisis para determinar el estado situacional de la enfermedad y se vuelve epidemiólogo debido a que actualmente el estrés académico constituye un problema a escala mundial.

Epidemiológicamente se estima que entre 15 y 25 % de los estudiantes españoles sufren de estrés, nerviosismo y ansiedad durante la vida estudiantil, y este dato demuestra como el estudiante debe enfrentarse a diversas evaluaciones donde se valoran sus conocimientos y/o habilidades para resolver tareas lo cual le provoca ansiedad.⁽³³⁾

Estas respuestas de nerviosismo consisten en pensamientos negativos, sensaciones de malestar físico y/o incapacidad para actuar correctamente donde llegan, incluso, a quedarse en blanco, y a veces dejar las tareas sin completar, a pesar de tener los conocimientos y habilidades necesarias.⁽³³⁾

Particularmente, el estrés académico es un factor detonante que puede influir negativamente en el proceso de agregar al aparato conceptual del estudiante nuevo conocimiento, además en ocasiones puede contribuir al apareamiento de síntomas depresivos, problemas familiares e incluso consumo de alcohol.

2.7. Orientación teórica para el estudio del estrés académico.

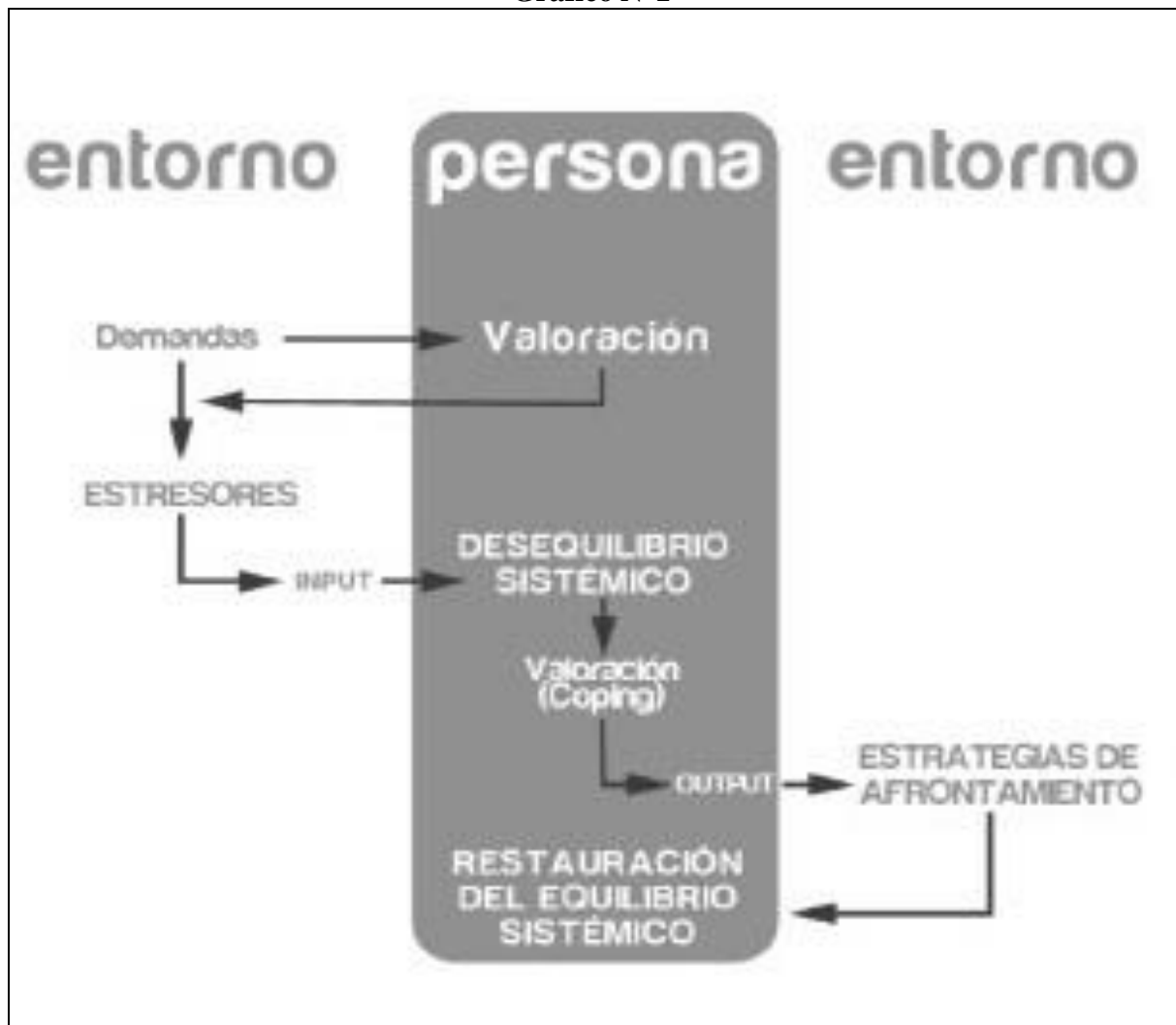
El estrés académico es considerado como la relación entre el alumno y su medio ambiente educativo, esta dependencia se ve influida por un proceso cognoscitivo que corresponde a la valoración de las exigencias que el estudiar demanda del organismo a esto se le denomina entrada del estresor, lo que produce una serie de reacciones que desequilibran al sistema personal del estudiante e inmediatamente cambia su forma de pensar, sentir y actuar que como estilos propios de cada estudiantes son traducidos a actividades que realiza para paliar la sintomatología.⁽³⁴⁾

Según el modelo teórico cognoscitivo, el estrés académico es considerado como una condición valorativa, porque altera a todo el sistema mental del estudiante.⁽³⁴⁾ Este proceso se inicia con el alumno en las aulas universitarias en donde las exigencias académicas son valoradas como situaciones estresantes; por lo tanto, el estrés académico funciona como un desestabilizador entre las demandas y la respuesta del organismo ante las exigencias del entorno educativo.

Esta consideración teórica enmarca a esta tesis pues en ella se evidencia que el estrés académico supone un proceso de carácter transaccional, en donde intervienen determinantes personológico que explica la interacción del sujeto con las obligaciones estudiantiles, y que a la vez ejerce en el organismo respuestas que ponen a prueba todos los recursos para devolver la estabilidad lógica a la persona que lo padece. Finalmente la teoría sistémica cognoscitivista considera al estrés académico como un estado connaturalmente psicológico porque presenta estresores que afectan al bienestar autopercebido, que se traduce con nerviosismo y ansiedad llevando al estudiante a consecuencias catastróficas para la salud mental.⁽³⁵⁾

A continuación de manera gráfica se explica el estrés académico en el estudiante.

Gráfico N°1



Fuente: modelo sistémico cognoscitivista. ⁽³⁴⁾

Compilado por: José Santos Morocho

El gráfico representa el modelo sistémico cognoscitivista, para explicar el estrés académico esta representación dibuja de manera lógica e inicia en el lado izquierdo en donde el entorno juega un papel estresor en el estudiante pues exige una serie de requerimientos. El alumno a su vez mediante los procesos cognoscitivos de la experiencia inmediata considera que las instancias estresoras son superiores a sus recursos, y los autodefine subjetivamente como peligrosas, ocasionando nerviosismo desbordante, provocando un desequilibrio sistémico que sobrepasa toda razón de juicio. ^(34, 35)

Inmediatamente como mecanismo acciona una defensa y busca la mejor manera de oponerse a este malestar, por lo que el propio organismo elabora una serie de recursos para recuperar la homeostasis del organismo.

Es importante señalar que todo este proceso que se lleva a cabo en el alumno de manera secuencial perdura mientras los estresores están presentes, y desaparecen en ausencia de los estresores del entorno educativo.^(22, 34, 35)

El enfoque sistémico cognoscitivista, constituye en psicología el paradigma principal para estudiar el estrés académico, ayudando a entender esta condición mental como un proceso de transacción alumno–universidad mediante la evaluación subjetiva y cognitiva correspondiente. *“...El modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico, lo explica como una serie de procesos valorativos ante estímulos estresores del entorno, que tienen el objetivo de lograr un equilibrio sistémico de la relación persona-entorno”*^(35 p7)

2.8. Nosología psicológica del estrés académico.

Hablar de estrés académico es referirse a un conjunto de signos y síntomas que en ocasiones implican una condición sindrómica y a veces morboso, y que son accesibles mediante la investigación. De acuerdo al apareamiento de la sintomatología la forma de manifestarse el estrés académico en el sistema individual de la persona tiene un proceso lógico, y sus componentes son: los estresores, las reacciones psicósomáticas y las estrategias de afrontamiento.

2.8.1. Los estresores para el surgimiento del estrés académico.

Los estresores académicos, son factores externos que pertenecen al ámbito educativo e intervienen en la valoración cognitiva de la persona presionando o sobrecargando psicológicamente al estudiante, estos se encuentran mencionados en el inventario SISCO ⁽³⁶⁾ instrumento que mide el estrés académico, los estresores son:

- Competencia con compañeros.
- Sobrecarga de trabajos.
- Personalidad y carácter del profesor.
- Exámenes y evaluaciones.
- El consultar temas y hacer trabajos.
- Comprensión de los temas de la clase.
- Exponer, preguntar y participar en clase.
- Tiempo limitado para trabajos.

Los estresores debe considerarse según las diferencias individuales, el tipo de situación y la percepción individual, pues determina en la persona el nivel de estrés académico, esta sentencia se relaciona con el modelo transaccional del estrés donde el individuo afronta o no la situación estresante y de qué manera lo hace, depende de la valoración individual que haga el sujeto, de cómo lo perciba, si como un reto o una amenaza para sí mismo. ⁽²⁰⁾

Los aspectos del sistema educativo inciden en la salud mental de los estudiantes de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca porque los métodos de enseñanza y evaluación, sobrecargan de información al estudiante y esta condición es percibida como excesiva por los alumnos, y a esto se suma la falta de tiempo, los problemas de comunicación y la falta de formación pedagógica del profesorado.

2.8.2. Los Síntomas del desequilibrio sistémico

Esta sintomatología es conocida también como reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que aparecen inmediatamente tras el estímulo estresor y que el nivel de afección se da según su frecuencia en intensidad. Se debe tener presente que la sintomatología se manifestará dependiendo de las diferencias individuales y de la cultura a la que pertenecen los estudiantes. ^(34, 36)

Las reacciones físicas

Las manifestaciones sintomáticas que corresponden al área física en ocasiones puede ser molesta e incluso confundir el diagnóstico clínico, sin embargo este tipo de síntomas son propios del organismo cuando este atraviesa momentos de tensión y nerviosismo. ⁽¹⁹⁾

Las reacciones físicas según que menciona el inventario SISCO ⁽³⁶⁾ son las siguientes:

- Trastornos en el sueño, entre los más frecuentes está el insomnio y las pesadillas.
- Fatiga crónica, siendo el cansancio permanente el más común.
- Dolores de cabeza, generalmente se manifiesta con dolor tensional, cefalea focalizada o migrañas.
- Problemas de digestión, como es el dolor abdominal y en ocasiones puede presentar diarrea.
- Rascarse, como un manifestación para paliar las molestias del estrés que en ocasiones puede presentarse tics como el morderse las uñas, frotarse, etc.

- Somnolencia o mayor necesidad de dormir, o simplemente no tener un sueño reparador.⁽³⁶⁾

Las reacciones psicológicas

Las manifestaciones de orden psicológico presentes durante el estrés académico pueden afectar la salud del ser humano, la mayoría de ellas están dirigidas a las afecciones directa del pensamiento que pueden desencadenar en conflictos que a la larga afectarían de manera marcada a la salud del estudiante.⁽²⁰⁾

Las reacciones psicológicas según que menciona el inventario SISCO son las siguientes:

- Inquietud, se presenta como la incapacidad de relajarse o estar tranquilo que generalmente se presenta con valoraciones hacia el futuro.
- Sentimientos de depresión y tristeza en donde el estudiante se encuentra decaído sin energía para realizar las actividades cotidianas, es importante este síntoma porque si no existe las condiciones necesarias para afrontarla puede terminar en depresión.
- Ansiedad, generalmente se manifiesta con angustia o desesperación.
- Problemas de concentración, en donde la mayor parte del tiempo se encuentra preocupado.
- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.⁽³⁶⁾

Las reacciones comportamentales

Estas manifestaciones propias del estrés académico, no son más que indicadores del organismo cuando se encuentra en desequilibrio.

Las reacciones físicas según que menciona el inventario SISCO son las siguientes:

- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir en donde el comportamiento en ocasiones podría desencadenar en agresiones.
- Aislamiento de los demás, este síntoma se presenta como un escape hacia la realidad pudiendo afectar seriamente las relaciones interpersonales del estudiante.
- Desgano para realizar las labores escolares, esta manifestación puede acarrear serios conflictos en el rendimiento académico.⁽³⁶⁾

- Aumento o reducción del consumo de alimentos, que como comportamiento estaría atentando la salud del estudiante y ocasionando un desequilibrio alimentario que puede desencadenar en consecuencias desastrosas para la salud. ⁽³⁶⁾

Es necesario tener presente que los indicadores se presentan idiosincráticamente en los estudiantes, es decir, el desequilibrio sistémico se presentará de manera distinta dependiendo de cada persona, esto obedece a que ciertos factores de riesgo, asociados al estrés académico en ocasiones pueden comportarse como protectores. ⁽²⁹⁾

2.8.3. El afrontamiento o restaurador del equilibrio sistémico

El afrontamiento es considerado como un conjunto de procesos cognitivos y conductuales que son cambiantes y que sirven para manejar las demandas internas o externas que son percibidas como desbordantes de los recursos que utiliza el estudiante para afrontarlas, no serán siempre las mismas y dependerán del tipo de situación, por lo que afrontar es un conjunto de pensamientos, sentimientos y acciones que una persona utiliza para manejar las situaciones alarmantes o problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan en el cuerpo. ⁽³⁷⁾

Hablar de afrontamiento es referirse a los recursos que se activan como defensas ante el desequilibrio que produce el estrés académico, el estudiante busca diferentes alternativas o estrategias para enfrentar a la sintomatología y restaurar el equilibrio del organismo. Barraza Arturo en el inventario SISCO ⁽³⁶⁾ sugiere las siguientes:

- Habilidad asertiva, es decir que el estudiante pueda defender sus preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros, esto contribuye a que el estrés académico sea más llevadero.
- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas, lo que facilitara que la tensión acumulada empiece a disminuir conforme se vayan solucionando las tareas académicas.
- Elogios a sí mismo, funcionan como motivantes frente al estrés académico.
- La religiosidad, mediante las oraciones, asistencia a misa, rezos y plegarias que generalmente sirven para afrontar el estrés académico, se debe tener presente que este estilo dependerá de la cultura del estudiante.

- Búsqueda de información sobre la situación, lo que le permitirá elaborar maneras de hacer frente a los estresores.
- Ventilación de confidencias mediante la verbalización de la situación que preocupa al estudiante.⁽³⁶⁾

Independientemente del tipo de estresores, las estrategias de afrontamiento establecen si el sujeto experimenta o no estrés ante los mismos, es así que cada persona se inclina a utilizar los tipos de estrategias de afrontamiento que mejor domina; pueden ser por aprendizaje o por descubrimiento fortuito, en situaciones de emergencia; si bien es cierto existe una gama amplia de estrategias de estilos de afrontamiento y su forma de utilización depende de cada sujeto, también hay que tratar de considerar ampliar nuestros recursos defensivos y de resolución de problemas.⁽²⁵⁾

2.9. Niveles del Estrés Académico

2.9.1. Estrés académico leve.

Este nivel de estrés académico puede presentarse en la cotidianidad del diario vivir del estudiante, es tratable, manejable y común se manifiesta por las exigencias y presiones del pasado reciente que se anticipan al futuro cercano. Este tipo de estrés es necesario para enfrentar las exigencias comunes, por ejemplo el plazo de entrega que deben cumplir para presentar un trabajo, los problemas ocasionales en la universidad, en otras palabras todos los aspectos que se pueden solucionar en corto plazo, este estrés no causa daños importantes peor aún un desequilibrio del organismo.⁽¹⁶⁾

Las manifestaciones psicosomáticas que se presentan en este nivel son menos intensas y no trascienden en su frecuencia, entre las reacciones físicas más comunes esta la preocupación y el nerviosismo, además se debe tener presente que el estudiante durante este tipo de estrés puede desarrollarse adecuadamente e incluso aprovechar los beneficios de la exigencia cognitiva. La concepción psicológica de este tipo de estrés académico en ocasiones puede estar acompañado de subjetividades, sin embargo es común que se presenten desde una simple somnolencia hasta una combinación de enojo o irritabilidad, que a su vez se traducen en comportamientos típicos de sobreexcitación y desgano.⁽³⁶⁾

2.9.2. Estrés académico moderado

Este nivel de estrés académico es tratable, manejable pero puede presentarse en estudiantes desordenados, acompañado de caos y crisis, generalmente las personas que lo padecen suelen estar muy a menudo apuradas, pero siempre llegan tarde o incumplen sus actividades académicas, si algo puede salir mal justo es a ellos.

Esta condición se presenta en alumnos que se comprometen en varias actividades, la mayor parte son extracurriculares llevando a una sobrecarga personal para poder sobrellevar los diferentes accesos mentales entre las reacciones más comunes están la falta de concentración y la fatigabilidad que tienen por las abundantes demandas del exterior.⁽¹⁶⁾

Las manifestaciones psicosomáticas pueden aparecer con dolor de cabeza, problemas de digestión, dolor en el pecho y enfermedad cardíaca, en el área psicológica mal carácter, irritabilidad, ansiedad y tensión. Su comportamiento se caracteriza por la hostilidad, enfado, poca comunicación, ansiedad, culpan a otras personas y hechos externos de sus males.⁽³⁴⁾

2.9.3. Estrés académico grave o crónico

Este nivel de estrés académico necesita intervención, este se caracteriza por ser agotador y desgasta a los estudiantes que lo padecen, afectando a todo el organismo, las reacciones psicológicas, físicas y comportamentales se asocian mucho con el nerviosismo y surge cuando una persona nunca ve una salida a una situación, generalmente se manifiesta en toda su intensidad frente a presiones académicas implacables durante períodos de evaluaciones, exámenes finales y se presenta de tal manera que el estudiante que lo padece abandona toda opción de afrontamiento.^(16, 29)

Las manifestaciones físicas incluye insomnio y pesadillas, cansancio crónico todo el tiempo, dolor de cabeza, problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea, onicofagia y somnolencia.

Las reacciones psicológicas presentes son: inquietud, intranquilidad, depresión, tristeza, ansiedad, angustia, desesperanza, problemas de concentración y agresividad; en las comportamentales el estudiante es conflictivo, polemiza o discute, se aísla de los demás y tiene desgano para realizar las labores escolares.^(25, 36)

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y OBJETIVOS

3.1. Hipótesis

El estrés académico en los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca es superior al 36,3%; ⁽²⁾ y se relaciona con: edad, sexo, estado civil, residencia, carrera, ciclo que estudia, repitencia, funcionalidad familiar, consumo de alcohol, depresión y afrontamiento.

3.2. Objetivos

3.2.1. Objetivo General

Determinar la prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca. 2016.

3.2.2. Objetivos Específicos

1. Caracterizar a la población de estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca según las variables demográficas.
2. Determinar la prevalencia del estrés académico en los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca.
3. Identificar la frecuencia de los factores asociados al estrés académico en los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca.
4. Establecer la relación entre factores asociados y estrés académico en los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca.

CAPÍTULO IV

MATERIALES Y MÉTODOS

4.1. Diseño.

Estudio analítico, cuantitativo de corte transversal.

4.2. Universo.

Fue constituido por todos los estudiantes matriculados en Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica, durante el ciclo académico septiembre 2016 febrero 2017 en un total de (N=3819)

Tabla N°1

Carreras	Estudiantes	Porcentaje
Medicina	1695	44,40 %
Odontología	1057	27,70 %
Enfermería	463	12,00 %
Psicología Clínica	604	15,90 %
Total:	(N 3819)	100,00%

Fuente: Departamento de Tecnologías de Información y Comunicación de la Universidad Católica de Cuenca.

Realizado por: José Santos Morocho.

4.3. Muestra

La muestra fue probabilística por conglomerado, bietápico; para su cálculo se utilizó la fórmula indicada para estudios transversales con población conocida:

$$n = \frac{(N Z^2).p.q}{e^2(N - 1) + (Z^2.p.q)}$$

Dónde:

N= población total

Z²= nivel de confianza

p = probabilidad de ocurrencia (prevalencia, los que tienen la enfermedad)

q = probabilidad de no ocurrencia (los que no tienen la enfermedad)

e² = error

Tamaño de la población (N) = **3819**

Frecuencia esperada (p) = 36,3%. ⁽¹²⁾

Nivel de confianza (Z) = (IC95%)

Precisión o amplitud del intervalo de confianza = 5%

Pérdidas esperables = 10%

El resultado obtenido fue de 325 estudiantes, a este valor encontrado se le adicionó el 10% tomando en cuenta las pérdidas esperadas, obteniéndose una muestra de 358 estudiantes.

Estudiantes, distribuidos en el marco muestral.

Tabla N° 2

Carreras	Estudiantes	Conglomerado %	Muestra participantes aleatorización simple
Medicina	1695	44,40 %	159
Odontología	1057	27,70 %	99
Enfermería	463	12,00 %	43
Psicología clínica	604	15,90 %	57
Total	(N 3819)	100,00%	(n)358

Fuente: Departamento de Tecnologías de Información y Comunicación de la Universidad Católica de Cuenca.

Realizado por: José Santos Morocho.

El marco muestral se elaboró de acuerdo al porcentaje de cada carrera, se estableció el número de participantes a través de un muestreo aleatorio simple (Anexo 4), luego estos se distribuyeron por ciclos, y con este número se solicitó la participación voluntaria; en caso de no cumplir con los criterios de inclusión se escogió otro estudiante.

4.4. Criterios de inclusión y exclusión

4.4.1. Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el periodo septiembre 2016 febrero 2017 de modalidad presencial y que no se encuentren realizando el internado y/o rural.
- Estudiantes que pertenecen a las carreras de: Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica.
- Estudiantes que accedan a participar en el estudio, mediante la firma del consentimiento informado.

4.4.2. Criterios de exclusión

- Estudiantes con diagnóstico de estrés postraumático u otra enfermedad mental que impida su participación.
- Estudiantes que tengan comprometida la conciencia con alguna sustancia psicotrópica (alcohol, medicamentos, drogas)
- Estudiantes con alguna discapacidad auditiva o visual que no puedan contestar solos la encuesta.
- Una vez que haya decidido participar se arrepienta de realizar la encuesta.

4.5. Variables.

Variable dependiente: estrés académico.

Variables independientes: edad, sexo, estado civil, residencia, carrera, ciclo que estudia, repitencia, funcionalidad familiar, consumo de alcohol, depresión y afrontamiento.

4.5.1. Operacionalización de las variables. (Anexo N°5)

4.6. Método, técnica, instrumento y procedimiento para obtener la información.

4.6.1. Método

Analítico.

4.6.2. Técnica

Se auto-administró una encuesta.

4.6.3. Instrumentos

- a) **Formulario:** con variables demográficas y algunos factores asociados (edad, sexo, carrera, residencia, ciclo y repitencia)
- b) **Inventario SISCO:** para medir el estrés académico, su validez fue determinada a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados.⁽³⁶⁾

En su validez el autor Arturo Barraza confirma la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems valoración del estrés académico, su confiabilidad es de 0.90 en alfa de *Cronbach*.⁽³⁶⁾

- c) **Test de APGAR familiar:** instrumento que consta de tres preguntas tipo Lickert, esta escala ha sido traducida y validada en castellano y se le ha estudiado constructo y en cuanto a su validez factorial; presenta una consistencia interna de 0,81 y confiabilidad test-re test de 0,81 en alfa de *Cronbach* 0,89. Las escalas demostraron su validez y fiabilidad y pueden ser utilizadas para valorar la autopercepción del estado de salud familiar.^(38,39)
- d) **Test de AUDIT:** este tesis permite para medir el consumo de alcohol, es denominado AUDIT, cuyo usos equivale a una prueba para la identificación de los trastornos del uso del Alcohol, este instrumento fue inventado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un método simple para evaluar a consumidores frecuentes contados a partir de la frecuencia de consumo, también es muy usado para realizar prevención primaria y establecer pautas de una vez se determine el consumo de riesgo o perjudicial del alcohol. El test AUDIT ha sido utilizado en estudios importantes en diferentes países del mundo tales como: Noruega, Australia, Kenia, Bulgaria, México y los Estados Unidos de América; más tarde fue traducido y validado para las personas de habla hispana, lo que le adjudicó una sensibilidad y especificidad de 0.93 de alfa de *Cronbach*.⁽⁴⁰⁾
- e) **Escala de Hamilton** (Hamilton depresión *rating scale* HDRS): es una escala, diseñada para evaluar cuantitativamente la gravedad de los síntomas y valorar los cambios del paciente deprimido. Se valora de acuerdo con la información obtenida en la entrevista clínica y acepta información complementaria de otras fuentes secundarias, su fiabilidad en sus dos versiones (adaptadas) posee una buena consistencia interna (alfa de *Cronbach* entre 0,76 y 0,92); el coeficiente de correlación intraclass es de 0,92; la fiabilidad inter observador oscila entre 0,65 y 0,9.⁽⁴¹⁾
- f) **Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE):** este cuestionario que describe los estilos para afrontar el estrés académico está formado por cuarenta y dos ítems, y se subdivide en 7 dimensiones y cada una está formada por siete constructos que hacen referencia a cada uno de los grupo de afrontamiento propuestos, de ahí se desglosan los siguientes estilos de afrontamiento: focalizado en la solución del problema, auto focalización negativa, reevaluación positiva, expresión emocional abierta, evitaciones, búsquedas de apoyo social y religión.

Este test ha sido muy utilizado, pues se reconoce las propiedades psicométricas y frente a las múltiples pruebas estadísticas aplicadas para su validación demuestra una estructura factorial muy clara dándole propiedades psicométricas de validez y sensibilidad con un alfa de *Cronbach* superior al 0,92. ⁽⁴²⁾

La interpretación de los instrumentos de medida de las variables se encuentra en (anexos 3) Los instrumentos utilizados en esta investigación fueron validados en el plan piloto (anexo 6)

4.6.4. Procedimiento para la recolección de la información

El procedimiento para llevar a cabo esta investigación tuvo lineamientos muy específicos partiendo desde la autorización dada por el Rector de la Universidad Católica de Cuenca y Decana de las carreras de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica.

Antes de proceder a la utilización del formulario se realizó una prueba del Instrumento en la Universidad de Cuenca Facultad de Ciencias Médicas, escuela de Fonoaudiología a 35 estudiantes en donde se tomó en cuenta estructura semántica, el tiempo y observaciones generales. Tuvo una duración de 15 minutos para estudiantes universitarios (Anexo 6)

Posteriormente, bajo la previa planificación con las autoridades de cada facultad y con la colaboración de los coordinadores se procedió a socializar el objetivo de la investigación a cada grupo seleccionado aleatoriamente con anticipación. Inmediatamente y asegurándose que no existiera ninguna pregunta se pasó a la firma del consentimiento informado. Todo este proceso se llevó a cabo en horas hábiles, sin interrumpir las clases y con la presencia del estudiante de la maestría quien solucionó todas las dudas de los estudiantes que colaboraron con las encuestas, todo este proceso duró 20 minutos. (Anexo 2)

4.7. Procesamiento y análisis de la información

4.7.1. Medidas estadísticas.

- Los datos obtenidos de los formularios fueron tratados mediante el programa estadístico SPSS V 20.00 (Statistical Product and Service Solutions para Windows)
- Se usó el programa EPIDAT 3.1 para el análisis de datos estadísticos y asociación de variables; para la presentación de datos se usó los programas Excel y Word.

- En el análisis exploratorio de los datos se determinó normalidad, a través de la prueba de *Kolmogorov-Smirnov*.
- En las variables cuantitativas se determinó medidas de tendencia central y de dispersión como: la media y desviación estándar.
- De las variables cualitativas se obtuvo las frecuencias y porcentajes.
- La asociación se determinó mediante la razón de prevalencia (RP)
- Para la magnitud o precisión en la asociación entre variables se determinó el intervalo de confianza al 95%.
- Para la significancia estadística se determinó el chi cuadrado (X^2) mediante $(p) < 0,05$.

Tabla N°3

		Estrés Académico		
		+	-	
Factor	+	A	b	a + b
	-	C	d	c + d
		a + c	b + d	a + b + c + d

Fuente: tabla 2 x 2

Realizado por: José Santos Morocho.

4.8. Procedimientos para garantizar aspectos éticos

En este apartado es imprescindible hacer referencia el orden secuencial que tuvo este estudio para su aprobación, el mismo que paso por una minuciosa revisión por parte de la Comisión de Bioética de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca y además fue autorizada por el comité de ética de la Universidad Católica de Cuenca. A los participantes se les entregó el consentimiento informado (Anexo 1) y se les comunicó los objetivos del estudio antes de someterse a la socialización grupal del proyecto. Posteriormente se les aplicó el formulario (Anexo 2). Los datos personales de los participantes son confidenciales. La información recolectada fue empleada en el desarrollo de esta tesis de Maestría en Investigación de la Salud. La confidencialidad de los datos se mantiene mediante el uso de códigos en los formularios y en la computadora personal del autor con contraseña durante 5 años, transcurrido este periodo la base de datos se borrará. Además los resultados globales los manejó únicamente el investigador de la tesis.



Los formularios de datos se mantienen en archivo, en una caja con llave bajo la responsabilidad del investigador durante 5 años, transcurrido este periodo los documentos se destruirán.

La participación en esta investigación no implicó riesgo físico ni psicológico alguno para los estudiantes. Sin embargo puede existir incomodidad al responder alguna pregunta que el estudiante estuvo en la libertad de pedir aclaración, pues la participación fue voluntaria, pudiendo retirarse del estudio cuando así lo desee. Los estudiantes no pagaron ningún valor económico, ni tampoco recibieron remuneración alguna por participar en este estudio.

Resultados

5.1. Cumplimiento del estudio

La presente investigación fue realizada en la Universidad Católica de Cuenca, se incluyeron a 358 estudiantes de las carreras de: Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica. La recolección de los datos se realizó en el periodo establecido siguiendo el cronograma planificado, no existió perdidas de casos ni de datos, esto fue gracias a la construcción del formulario y a la selección de los test los cuales se escogieron por su confiabilidad y sensibilidad, aportando así a la consistencia y precisión del dato.

Es importante mencionar que el inventario SISCO⁽³⁶⁾ al igual que el formulario para medir el estrés académico y factores asociados no dio ninguna dificultad a la población de estudio, el mismo que fue contestado por los estudiantes de manera individual y en los horarios asignados por las autoridades de la Universidad Católica de Cuenca, de los cuales se obtuvieron los siguientes resultados:

5.2. Análisis de los resultados

Tabla 1. Distribución de 358 estudiantes de Ciencias de la Salud de la UCACUE, según: características demográficas. Cuenca, 2016.

Características Demográficas		n=358	%=100
Edad *	Adolescentes (10-19)	116	32,4
	Adulto Joven (20-44)	242	67,6
Sexo	Masculino	132	36,9
	Femenino	226	63,1
Residencia	Urbana	289	80,7
	Rural	69	19,3
Estado Civil	Soltero	335	93,6
	Casado	14	3,9
	Divorciado	3	,8
	Unión Libre	6	1,7

Fuente: formulario de recolección de datos.

Realizado por: José Santos Morocho.

* Media 21,34 años. Desvío estándar (DS) 2,73 años.

La media de edad en la muestra fue de 21,34 años, entre un mínimo de 18 y un máximo de 36 años. El grupo etáreo predominante correspondió al adulto joven, cuyas edades oscilan entre los 20-44 años representando un porcentaje del 67,60% (242 estudiantes).

El sexo femenino fue el de mayor frecuencia en relación al masculino con el 63,1% (226 estudiantes) El 93,6% (335 estudiantes) son de estado civil soltero.

Tabla 2. Distribución de 358 estudiantes de Ciencias de la Salud de la UCACUE, según: inventario *SISCO* para estrés académico. Cuenca, 2016.

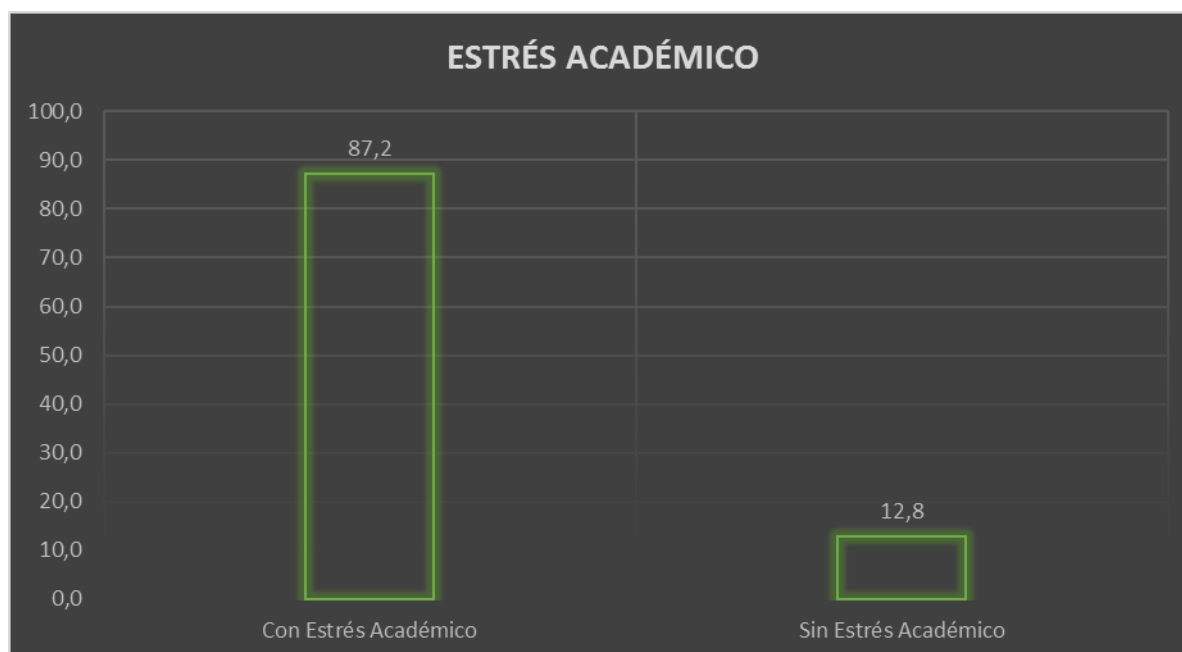
Estrés Académico	n=358	%=100
No	46	12,8
Leve	1	0,3
Moderado	82	22,9
Profundo	229	64,0

Fuente: formulario de recolección de datos.

Realizado por: José Santos Morocho.

Según la categorización del estrés académico medido con el inventario *SISCO*, el nivel profundo representa el 64,0%. Mientras que el 12,8% de la población investigada no presenta esta condición psicológica.

Gráfico 1. Distribución de 358 estudiantes de Ciencias de la Salud de la UCACUE, según: prevalencia de estrés académico. Cuenca, 2016.



Fuente: formulario de recolección de datos.

Realizado por: José Santos Morocho.

La prevalencia del estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud fue del 87,2%.

Tabla 3. Distribución de 358 estudiantes de Ciencias de la Salud de la UCACUE, según: factores asociados al estrés académico. Cuenca, 2016.

Factores Asociados		n=358	%=100
Carrera	Medicina	159	44,4
	Odontología	99	27,7
	Enfermería	43	12,0
	Psicología Clínica	57	15,9
Ciclo	Fundamentación teórica (1-5)	258	72,1
	Formación profesional (6-9)	100	27,9
Repitencia	Sí	305	85,2
	No	53	14,8
Funcionalidad Familiar	Disfunción Grave (0-3)	27	7,5
	Disfunción Leve (4-6)	87	24,3
	Normo funcionalidad (7-10)	244	68,2
Consumo de alcohol	Sin Problemas de alcohol (7-10)	258	72,1
	Consumo de riesgo (8-12)	57	15,9
	Consumo perjudicial (13-19)	35	9,8
	Dependencia Alcohólica (>20)	8	2,2
Depresión	No Depresión (0-7)	128	35,8
	Depresión Menor (8-12)	96	26,8
	Depresión moderada (14-18)	44	12,3
	Depresión Severa (19-22)	27	7,5
	Depresión muy Severa (>23)	63	17,6
Afrontamiento	Focalizado en la solución del problema (FSP)	277	77,4
	Auto focalización negativa (AFN)	253	70,7
	Reevaluación positiva (REP)	268	74,9
	Expresión emocional abierta (EEA)	238	66,5
	Evitación (EVT)	268	74,9
	Búsqueda de apoyo social (BAS)	254	70,9
	Religión (REL)	255	71,2
Afrontamiento	Afrontamiento inadecuado	94	23,2
Total	Afrontamiento medianamente adecuado	251	55,6
	Afrontamiento adecuado	13	21,2

Fuente: formulario de recolección de datos.

Realizado por: José Santos Morocho

En la tabla se observa que del 100% de los estudiantes de las carreras de Ciencias de la Salud consideradas en este estudio el 55,6% corresponde a Odontología, Enfermería y Psicología Clínica y el 44,4% de estudiantes están cursando Medicina.

Más del 50% de estudiantes participantes en el estudio corresponden al ciclo de fundamentación teórica, que engloba alumnos cursantes entre el primero y el quinto, un 27,9% pertenecen a los años de formación profesional.

La repitencia escolar muestra una distribución porcentual del 85,2% en estudiantes de Ciencias de la Salud, frecuencia superior al 50%

De la muestra estudiada los resultados demuestran que el 31,80% presenta disfuncionalidad familiar, en relación al 68,2% que presenta un funcionamiento normal.

Los estudiantes sin problemas de consumo de alcohol son mayoritarios en relación a los que consumen, sin embargo un 2,2% de la población investigada presenta dependencia al alcohol, las demás categorías comparten similitud en su distribución porcentual.

A la ausencia de sintomatología depresiva en los estudiantes corresponde el 35,8%; que no es mayoritaria en comparación con las demás categorías que nos brinda el Test de Hamilton; sin embargo la depresión menor presenta una distribución del 26,8%.

En los diferentes estilos de afrontamiento al estrés, sobresale el modo focalizado en la solución del problema (FSP) con una distribución del 77,4%, las otras categorías muestran una similitud en sus porcentajes lo que significaría que en algún grado los estudiantes afrontan al estrés causado por la vida estudiantil.

Para el análisis del afrontamiento total se realizó una interpretación a través la Técnica de Estaninos, usada para sacar puntos de corte del total de la escala *Likert* del test (CAE) utilizada para medir afrontamiento, de esta manera se obtuvo un porcentaje del 55,6% que corresponde al afrontamiento medianamente adecuado, en comparación con las dos categorías que muestran un porcentaje inferior al 50%.

Tabla 4. Distribución de 358 estudiantes de Ciencias de la Salud de la UCACUE, según: relación entre el estrés académico y factores asociados. Cuenca, 2016.

Factores Asociados	Estrés Académico				RP	IC (95%)	p
	Sí		No				
	f	%	F	%			
Sexo							
Femenino	192	53,6%	34	9,5%	0,93	(0,86-1,00)	0,104
Masculino	120	33,5%	12	3,4%			
Edad							
Adulto Joven	207	57,8%	35	9,8%	0,94	(0,87-1,02)	0,188
Adolescentes	105	29,3%	11	3,1%			
Estado Civil							
Soltero	295	82,4%	40	11,2%	2,69	(1,82-3,98)	0,000
Otros (Casado, Soltero, Viudo, Unión libre)	17	4,7%	6	1,7%			
Residencia							
Urbana	252	70,4%	37	10,3%	1,00	(0,90-1,10)	0,957
Rural	60	16,8%	9	2,5%			
Carrera							
Medicina	151	42,2%	8	2,2%	1,17	(1,08-1,26)	0,000
Otras (Odontología, Enfermería, Psicología)	161	45,0%	38	10,6%			
Carrera							
Odontología	90	25,1%	9	2,5%	1,12	(1,02-1,23)	0,026
Otras (Medicina, Enfermería, Psicología)	222	62,0%	37	10,3%			
Carrera							
Enfermería	28	7,8%	15	4,2%	0,72	(0,57-0,90)	0,000
Otras (Medicina, Odontología, Psicología)	284	79,3%	31	8,7%			
Carrera							
Psicología	43	12,0%	14	3,9%	0,84	(0,71-0,97)	0,001
Otras (Medicina, Odontología, Enfermería)	269	75,1%	32	8,9%			

Fuente: formulario de recolección de datos.

Realizado por: José Santos Morocho

Ser de sexo femenino es un factor protector para el estrés académico según la RP 0,93 en comparación a los estudiantes varones. Sin embargo el límite superior del intervalo de confianza nos dice que a veces también puede ser un factor de riesgo (IC 95% 0,86-1,00) Esta asociación no es estadísticamente significativa ($p=0,104$).

Ser adulto joven es un factor protector para el estrés académico según la RP 0,94; en comparación a los adolescentes, sin embargo el límite superior del intervalo de confianza nos dice que a veces también es un factor de riesgo (IC 95% 0,87-1,02) Esta asociación no es estadísticamente significativa ($p = 0,188$).

Ser soltero es un factor de riesgo 2,6 veces más probable para presentar estrés académico, en comparación a los otros estados civiles (casado, divorciado, unión libre y viudo) Esta asociación es estadísticamente significativa ($p = 0,000$).

Vivir en la zona Urbana es un factor de riesgo para presentar estrés académico en relación con los que habitan en el área rural, sin embargo el límite inferior del intervalo de confianza nos dice que a veces también puede ser un factor protector (IC 95% 0,90-1,10) Esta asociación no es estadísticamente significativa ($p = 0,957$).

Estudiar Medicina es un factor de riesgo 1,1 veces mayor posibilidad para presentar estrés académico con relación a otras carreras de Ciencias de la Salud (Odontología, Enfermería, Psicología) Esta asociación es estadísticamente significativa ($p = 0,008$).

Estudiar la carrera de Odontología es un factor de riesgo 1,12 veces más para presentar estrés académico en relación a las otras carreras de Ciencias de la Salud (Odontología, Enfermería, Psicología) Esta asociación es estadísticamente significativa ($p = 0,026$).

Estudiar la carrera de Enfermería es un factor protector para el estrés académico según la RP 0,72 en relación a las otras carreras de Ciencias de la Salud (Medicina, Odontología, Psicología) Esta asociación es estadísticamente significativa ($p = 0,000$).

Estudiar la carrera de Psicología es un factor protector para el estrés académico según la RP 0,84 en relación a las otras carreras de Ciencias de la Salud (Medicina, Odontología, Enfermería) Esta asociación es estadísticamente significativa ($p = 0,001$).

Tabla 4. (Continuación) Distribución de 358 estudiantes de Ciencias de la Salud de la UCACUE, según: *relación entre el estrés académico y factores asociados*. Cuenca, 2016.

Factores Asociados	Estrés Académico				RP	IC (95%)	P
	Sí		No				
	f	%	f	%			
Ciclo							
Fundamentación teórica	229	64,0%	29	8,1%	1,07	(0,96-1,18)	0,144
Formación profesional	83	23,2%	17	4,7%			
Repitencia							
Sí	263	73,5%	42	11,7%	0,93	(0,85-1,01)	0,211
No	49	13,7%	4	1,1%			
Funcionalidad Familiar							
Disfuncional	100	27,9%	14	3,9%	1,01	(0,92-1,09)	0,826
Normo funcionalidad	212	59,2%	32	8,9%			
Consumo de Alcohol							
Consumo de alcohol	88	24,6%	12	3,4%	1,01	(0,92-1,09)	0,897
Sin problemas de consumo	224	62,6%	34	9,5%			
Depresión							
Depresión	200	55,9%	30	8,4%	0,99	(0,91-1,07)	0,882
No depresión	112	31,3%	16	4,5%			
Afrontamiento							
Afrontamiento Inadecuado	68	19,0%	15	4,2%	0,92	(0,82-1,03)	0,104
Afrontamiento adecuado	244	68,2%	31	8,7%			

Fuente: formulario de recolección de datos.

Realizado por: José Santos Morocho

Estar cursando los ciclos de fundamentación teórica es un factor de riesgo 1,07 veces más probable para presentar estrés académico en relación a los ciclos de formación profesional, sin embargo el límite inferior del intervalo de confianza nos dice que a veces también es un factor protector (IC 95% 0,96-1,18) Esta asociación no es estadísticamente significativa ($p = 0,144$).

No existe asociación estadísticamente significativa entre la repitencia escolar y en estrés académico ($p = 0,211$). Sin embargo la RP 0,93 nos indica que es un factor protector, mientras que el límite superior del intervalo de confianza manifiesta que a veces también este factor puede ser de riesgo (IC 95% 0,85-1,01)

Pertenecer a una Familia disfuncional es un factor de riesgo 1,01 veces mayor probabilidad para desarrollar estrés académico, en relación a los estudiantes que pertenecen a un familia normo funcional, sin embargo al considerar al estrés como un fenómeno psicológico a veces esta condición familiar puede ser un factor protector, según lo corrobora el límite inferior del intervalo de confianza (IC 95% 0,92-1,09) No existe asociación estadísticamente significativa ($p=0,826$).

El consumo del alcohol es un factor de riesgo 1,01 veces mayor probabilidad para presentar estrés académico, en relación a los que no consumen. Sin embargo el límite inferior del intervalo de confianza nos manifiesta que en ocasiones esta variable se puede comportar como un factor protector (IC 95% 0,92-1,09) Esta asociación no es estadísticamente significativa ($p = 0,897$).

La presencia de sintomatología depresiva en los estudiantes puede ser en ocasiones un factor protector para el estrés académico según el RP 0,99 y en ocasiones se vuelve un factor de riesgo, lo cual es afirmado por el límite superior del intervalo de confianza (IC 95% 0,91-1,07) Esta asociación no es estadísticamente significativa ($p=0,882$).

El afrontamiento inadecuado es un factor protector según el RP 0,92 veces mayor probabilidad para desarrollar estrés académico en relación a los estudiantes que si saben afrontar las exigencias del entorno educativo, sin embargo en ocasiones puede ser un factor de riesgo, lo cual es afirmado por el límite superior del intervalo de confianza (IC 95% 0,82-1,03) Esta asociación no es estadísticamente significativa ($p = 0,104$).

5.3. Contrastación de hipótesis

La hipótesis estadística de este estudio fue planteada como una asunción relativa a varios factores que pueden estar asociados o no al estrés académico. También esta investigación buscaba determinar la prevalencia de estrés académico, por lo tanto la hipótesis planteada permite ser contrastada en base a los resultados obtenidos de la muestra investigada, tanto si se acepta como si se rechaza.

En el presente estudio se rechazó la hipótesis nula (H_0) y se aceptó la hipótesis de trabajo, al establecer que la prevalencia de estrés académico es superior al referido en la literatura científica demostrando una distribución porcentual del 87,2% en la población estudiada, frente al 36,6%⁽²⁾

El estadístico de contraste que se utilizó para el contraste de la hipótesis fue el χ^2 , que permitió con respecto a los factores asociados rechazar la hipótesis nula (H_0) al demostrar que si existe asociación estadísticamente significativa con: el estado civil y las carreras de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica.

Con respecto a los factores asociados, no se rechaza la hipótesis nula (H_0) al demostrar que no existe asociación estadísticamente significativa con: el sexo, la edad, la residencia, el ciclo académico, la repitencia escolar, la funcionalidad familiar, el consumo de alcohol, la depresión y el afrontamiento.

CAPÍTULO VI

6.1. DISCUSIÓN

Los hallazgos de mi estudio confirman que el estrés académico, es un problema de salud que afecta a los estudiantes de la Universidad Católica de Cuenca, estos resultados demuestran una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico, el estado civil soltero, y con todas las carreras de Ciencias de la Salud consideradas en este estudio (Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica)

Algunos factores como: el estado civil, las carreras de Medicina y Odontología, son considerados un factor de riesgo con un $RP > 1$. Los factores protectores para el estrés académico fueron las carreras de Enfermería y Psicología Clínica; los factores tales como: el sexo, la edad, la residencia, el ciclo académico, la repitencia, la funcionalidad familiar, el consumo de alcohol, la depresión y el afrontamiento pueden ser factores de riesgo pero también factores protectores, esta particularidad está determinada por el intervalo de confianza lo que permite inferir que el estrés académico es una condición psicológica que puede variar de acuerdo a las diferencias individuales de los estudiantes.

Con este trabajo se busca explicar el significado de los resultados y hallazgos pero de manera enfática exponer los datos encontrados en mi estudio, su importancia y contribución. Este estudio al igual que en la literatura científica tomada como referencia determina que las carreras de Ciencias de la Salud (Medicina y Odontología)⁽²⁾ son consideradas como las más afectadas por el estrés académico.

Díaz Martín Yanet, en su estudio realizado en carreras pertenecientes a la salud sobre el estrés académico aborda y explica sus resultados desde la teoría estímulo-respuesta, enfatizando el ya conocido concepto de agente estresor.⁽²⁾ En mi estudio la teoría cognoscitivista demuestra que el estrés académico es un estado psicológico que compromete procesos mentales superiores como: el pensamiento, la memoria, la sensopercepción.

Por lo tanto las manifestaciones psicosomáticas no se limitan solo a la relación psicofísica si no que incluye proceso cognitivos y estrategias para afrontar y devolver el equilibrio al organismo.

Por su parte Barona, E. G., & Jiménez, J. C. R. han estudiado Burnout en el ámbito educativo y sus constructos los hacen desde el papel de los componentes cognitivos propuestos por Lazarus y Folkman, pero sin atribuirles sus efectos al medio ambiente y no se considera la valoración que el estudiante hace del contexto educativo. En mi estudio se describe al enfoque cognoscitivo con el constructo personológico de la teoría de la transacción individuo-medio, como el paradigma más adecuado para el estudio del estrés académico, porque permite descubrir exactamente como es la secuencia del estrés académico, también en el presente estudio se consideró que factores como: la funcionalidad familiar, el consumo de alcohol, la depresión y el afrontamiento, cuyos resultados demuestran la condición transaccional del estrés.

Es importante discutir los hallazgos de mi tesis incluso con el modelo sistémico cognoscitivista de Arturo Barraza, quien solamente se limita a describir los estresores, lo que aporta mi estudio es confirmar que la teoría que sustenta esta investigación es adecuada, pero que también tiene factores que se pueden manifestar como protectores o de riesgo y además que dependerán de las individualidades subjetivas de cada estudiante.

En el mundo la prevalencia del estrés académico es uno de cada cuatro estudiantes universitarios, según Carmel, S., Bernstein, J. en su estudio denominado percepciones de estresores académicos.⁽⁶⁾ En Latinoamérica la prevalencia del estrés académico es del 90%⁽⁸⁾ Ecuador 83%,⁽⁵⁾ En la ciudad de Cuenca 88,4% ⁽¹⁰⁾ En mi estudio se encontró que la presencia del estrés académico en carreras de Ciencias de la Salud fue del 87,2% en comparación con el estudio de Marty M., Lavín G. Matías, quien considera que la prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud es del 36,3% ⁽²⁾

Se puede inferir que la prevalencia del estrés académico en todos los estudios se encuentran en porcentajes similares, sin embargo se observa que en la población de la Universidad Católica de Cuenca el nivel de estrés es elevado lo que aporta significativamente a conocer el estado actual de esta situación que se puede deber a la re categorización institucional.

Es importante recordar que el propósito de esta investigación fue descubrir la existencia de factores asociados al estrés académico, los cuales a continuación serán comparados con estudios similares, permitiendo comparaciones con el fin de establecer diferencias y buscar nuevos aportes a la ciencia.

Se debe considerar a la variable demográfica edad estudiada por Feldman, L., Goncalves, en Venezuela, en 321 estudiantes, en donde manifiesta que los estudiantes más jóvenes son los que presentan mayor estrés académico en un porcentaje del 63%. ⁽²⁴⁾ Felino Ortiz Rodríguez, expresa que la edad de 18-20 años fue el que más presento estrés ⁽⁸⁾ En mi estudio la Media fue de 21,34 años, demostrando que los adultos jóvenes de 20-44 son los que mayor estrés académico presentan con el 67,6% de valor porcentual.

El estudio de Díaz Martín Yanet, manifiesta que el sexo femenino presenta mayor estrés académico, en un porcentaje del 68%. ⁽¹⁵⁾ Martínez Díaz, E. S, destaca que el femenino es más vulnerable al estrés académico en relación al sexo masculino con una frecuencia porcentual del 73%. ⁽²⁷⁾ Barraza, Arturo explica que la relación género-estrés académico es un determinante social subjetivo, que está presente más en las mujeres debido a que su pensamiento es muy crítico y susceptible a particularidades del ambiente, aumentando así la posibilidad de presentar niveles más elevados de estrés académico. ^(22p7) Alba Ospina, demuestra que el estrés académico es más frecuente en personas del sexo femenino, demostrando una frecuencia del 61,7%. ⁽¹⁷⁾

En mi estudio el 63,1% pertenecen al sexo femenino, confirmando que el estrés académico es una condición psicológica común en las estudiantes mujeres.

Bedoya Lau S. A, en su estudio sobre el estrés académico encuentra asociación estadísticamente significativa, entre el estrés académico y la población universitaria soltera con una distribución porcentual del 95,1% y el 2,7% de estudiantes casados. ⁽¹⁶⁾

En el presente estudio se determinó que el 93,6% de estudiantes son solteros, y el 3,9% son casados, lo que demuestra que el estrés académico es más común en estudiantes solteros, sin embargo se puede inferir que los casados también son vulnerables al estrés académico, pero su porcentaje es mínimo, esto pudiera deberse a que la frecuencia de personas casadas que estudian carreras de Ciencias de la Salud es minoritario.

Alba Ospina, entre sus hallazgos encontró, que el 65,1% de los participantes fueron de zonas rurales (foráneas), en contraparte a la población Urbana que representó el 34,9% . ⁽¹⁷⁾ En una investigación local Jara, FR; Juela EC, concluye que el 69,3% de estudiantes son del área Urbana y estas personas presentan estrés académico. ⁽¹⁰⁾

En mi estudio el 87,7% de los estudiantes participantes afirmaron ser de residencia Urbana, lo que demuestra que el medio ambiente y la vida de la ciudad podría estar contribuyendo a que presenten niveles elevados del estrés académico.

Marty, en su estudio realizado en la Universidad de los ANDES en carreras de Ciencias de la Salud encontró, que existen diferentes niveles de estrés académico dependiendo del tipo de carrera que cursen, es así que Medicina es la profesión que más estresa a los estudiantes en un 31%, seguido por Odontología el 44,4%, Enfermería el 40%, Psicología con el 17% ⁽²⁾

En el presente estudio se encontró que el estrés académico es más común en la carrera de Medicina con el 44,4%, Odontología el 27,7%; estos valores inclusive son superiores en relación a lo encontrado por Marty, lo que permite demostrar que puede deberse a la distribución de las muestras tomadas por los autores, pero también al tipo de personas que culturalmente están expuestas a los estresores y la decisión al momento de escoger una carrera universitaria.

El estudio realizado en la Universidad de los Andes, en carreras de salud determinó asociación entre ciclo y estrés académico, afirmando que los primeros años presentan mayor frecuencia de estrés académico, con un porcentaje del 60%, mientras que el curso con menor prevalencia fue sexto con el 24,2%.⁽²⁾ Otro estudio afirman que los estudiantes latinoamericanos cursantes del primer año generalmente tienen más riesgo para presentar estrés académico.⁽⁸⁾

En similares acercamientos mi estudio encontró, que los primeros ciclos denominados por la nomenclatura de la Universidad Católica de Cuenca de fundamentación teórica representan el 72,1% y los ciclos superiores el 27,9%; esta condición permite asegurar que podría deberse al proceso de adaptación al medio universitarios, condición presente en casi todas las poblaciones estudiadas.

La repitencia escolar como particularidad debería ser discutida respetando el concepto de subjetividad, si bien es cierto que algunos estudiantes que repiten un ciclo lo toman con relativa calma, otros lo pueden calificar como fracaso inminentemente caótico, es así que este factor común en las universidades permite contrastar los resultados encontrados en estudiantes Latinoamericanos en donde las repitencias de ciclos académicos representaron el 4%.⁽⁸⁾

En población local de la carrera de Medicina, Jara Figueroa, R. A, demostró que la repitencia escolar es del 11,1%⁽¹⁰⁾; en discusión con el presente estudio se encuentra que la repitencia es sumamente elevada, representando el 85,2% en la población de Ciencias de la Salud (Medicina y Odontología) demostrando así que en estas carreras tienen una alta posibilidad de repetir un ciclo o de arrastrar una asignatura.

La funcionalidad familiar analizada por Jara Figueroa y colaboradores, en un estudio sobre el estrés académico, encontraron que el 36% de estudiantes presentaron disfunción familiar grave según el APGAR.⁽¹⁰⁾

En otro estudio realizado por Díaz Cárdenas Shyrley, para ver asociación ente estrés académico y funcionalidad familiar encontraron disfuncionalidad familiar con un valor porcentual del 61,8 % (155 estudiantes)⁽¹¹⁾

En el presente estudio se encontró disfuncionalidad familiar, en un porcentaje del 87,1% en los estudiantes que presentaron estrés académico, una cifra elevada en comparación con los estudios referidos, por lo cual es posible que esta condición social se manifieste debido a que la mayoría de estudiantes universitarios de la población estudiada viven independientemente, lo que aumenta la subjetividad al momento de contar y expresar la necesidad de apoyo moral con sus parientes. La disfuncionalidad familiar encontrada en la muestra estudiada se puede deber a los sentimientos de angustia y nerviosismo que viven los estudiantes al momento de presentar las manifestaciones del estrés, e incluso el estudiante puede interpretar como falta de apoyo del núcleo familiar.

En la Universidad Cayetano Heredia de Lima-Perú, encontró que el consumo de alcohol fue del 48% y su nivel de consumo fue moderado.⁽¹⁸⁾ Tam Phun E, dos Santos C. B. en su estudio en Lima encontró que la asociación entre el estrés académico y consumo de Alcohol, está por encima del 48%.⁽¹⁸⁾ Jara, FR; afirma que los estudiantes de medicina consumen alcohol en una frecuencia del 23%.⁽¹⁰⁾

En mi estudio se encontró, que la población de estudiantes consume alcohol en un porcentaje del 27,9% y en comparación con los estudios de referencia se puede observar que su distribución porcentual fue inferior, sin embargo, coincide en el nivel moderado que proponen los hallazgos locales.

Con estas comparaciones se puede inferir que el consumo de alcohol es un factor asociado que actúa no como un factor de riesgo, si no como un escape frente al estrés académico que inclusive podría ser considerado desde una concepción cultural de los estudiantes universitarios que consumen alcohol útil para paliar la sintomatología del estrés.

Un estudio realizado en Medellín-Colombia, por Gutiérrez Rodas, J. A, en sus hallazgos encontró que los estudiantes sin depresión representaron el 52,8%, con depresión leve el 29,9%, moderada el 14,2 % y depresión severa el 3,2 %.⁽²⁸⁾ Feldman, L., en su estudio sobre el estrés académico y salud concluyó que los síntomas depresivos representaron el 32%.⁽²⁴⁾

En mi estudio la sintomatología depresiva menor o leve en la población universitaria de Ciencias de la Salud fue del 26,8%, lo que pudiera considerarse como manifestaciones pasajeras de tristeza, decaimiento, falta de apetito, insomnio, etc. Por otra parte se concluyó que los estudiantes sin depresión representaron el 35,8%. Sin embargo este factor permite poner en marcha o activar las estrategias de afrontamiento del estudiante permitiéndole que supere este estado de ánimo en poco tiempo o cuando el estresor académico concluya, por lo que en ocasiones se puede convertir en un factor protector.

Ramírez Gutiérrez D, en Universidad de Manizales, investigó las estrategias de afrontamiento al estrés académico encontrando que los estudiantes tenían un afrontamiento adecuado que representó el 29,8% y usaban la búsqueda de apoyo social como estrategia para hacer frente al estrés académico.⁽¹⁷⁾

En el presente estudio se encontró que el 78,8% de los estudiantes no afrontan adecuadamente el estrés académico, y aquellos que tienen un afrontamiento adecuado solo representan el 21,2% utilizando frecuentemente el estilo de afrontamiento focalizado en la solución del problema (FSP)

CAPITULO VII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1. CONCLUSIONES

- Se aplicaron 358 encuestas, en una población de estudiantes con una media de edad de 21,34 años, con una desviación estándar de 2,73 años, el 67% de la muestra total pertenecieron a la categoría de adulto joven, sexo femenino fue mayoritario con el 63,1%. Los estudiantes en su mayoría son solteros 93,6%.
- La prevalencia del estrés académico determinado por el Inventario SISCO fue del 87,2% presente en 312 estudiantes, de las carreras de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca.
- En los factores asociados al estrés académicos descritos se concluye, que el grupo del adulto joven representa el 67,6%; el sexo femenino el 58,4%; los solteros el 93,6%; la residencia Urbana el 80,9%; la carrera de Medicina representa un 44,4 %; el ciclo académico de fundamentación teórica representa el 72,1%; además la repitencia fue del 85,2%; la funcionalidad familiar fue del 68,25; existe consumo de alcohol del 72,1% y esta condición no representa problema o dependencia, la población estudiada presenta sintomatología depresiva en un porcentaje del 64,2% la misma que puede desaparecer cuando desaparecen los estresores académicos, los estudiantes frente al estrés tienen un afrontamiento medianamente adecuado del 55,6%.
- Se concluye señalando que los factores de riesgo determinados en este estudio fueron las carreras de Medicina y Odontología. La carrera de Psicología Clínica y Enfermería fueron consideradas como protectoras. Los factores que se comportaron de riesgo y en ocasiones protectores fueron: el sexo, la edad, la residencia, el ciclo la repitencia, la funcionalidad familiar, el consumo de alcohol, la depresión y el afrontamiento. Se determinó asociación estadísticamente significativa con: el estado civil y carreras de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica con: $RP > 1$; $IC (95\% > 1)$; valor $(p) < 0,05$.

7.2. RECOMENDACIONES

- Se debería incrementar mediante bienestar estudiantil actividades de prevención en contra del estrés académico, facilitando a los estudiantes espacios de esparcimiento para que fortalezcan los niveles de afrontamiento al estrés académico.
- Se debería realizar talleres de integración docente-estudiante para establecer mayor confianza dentro del salón de clases para contribuir con la disminución del estrés académico, pensar en nuevas formas de evaluación que salgan de los modelos clásicos que no contribuyen a la formación integral del estudiante, apuntar más a la formación crítica y constructivista.
- Se debería dar continuación a esta investigación con un programa de intervención, que permita contribuir al bienestar físico y psicológico de los estudiantes de ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca.

7.3. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Collazo, Carlos., R., Rodríguez, YH. El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. Rev. Electrónica Psicol Iztacala. 2011; 14(2):1.
2. Marty, M, Lavín, G. M, Figueroa M. M, Larraín de la C. D, Cruz M. C. Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. Rev. Chil Neuro-Psiquiatr [Internet]. Marzo de 2005 [citado 28 de noviembre de 2016]; 43(1). Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272005000100004&lng=en&nrm=iso&tlng=en
3. Preciado-Serrano, María de Lourdes, Vázquez-Goñi Juan Manuel. Perfil de estrés y síndrome de Burnout en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública. [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/730/73013006003.pdf>
4. Caldera, Montes, J., Pulido, Castro, B., Martínez González, G. Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]. Disponible en: http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf
5. Villacis, S., Toaza, B. Estrés de las internas rotativas de Enfermería de la Universidad Nacional de Chimborazo. [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/250/1/UNACH-EC-ENFER-2010-0010.pdf>
6. Carmel, S., Bernstein, J., Perceptions of medical school stressors: Their relationship to age, year of study and trait anxiety [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]. Disponible en: https://www.jmir.org/article/viewFile/jmir_v10i1e7/2
7. Vaz, R., Mbajjorgu E., Acuda S. A preliminary study of stress levels among first year medical students at the University of Zimbabwe. - PubMed - NCBI. [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=preliminary>
8. Felino Ortiz Rodríguez, Carlos, R., Collazo, Yemina Hernández. Estrés Académico en Estudiantes Universitarios.
9. Misra, R., Castillo, L. Academic Stress Among College Students: Comparison of American and International Students. International Journal of Stress Management, Vol 11(2). [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.optionToBuy&id=2004-13300-003>
10. Jara, F., Juela E, Jaramillo, J. Prevalencia de distrés y factores asociados en los estudiantes de la escuela de medicina de la universidad de Cuenca-Ecuador. [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/3492/1/MED73.pdf>
11. Díaz Cárdenas Shyrley, Arrieta Vergara Katherine, González Martínez Farith. Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de Odontología. Salud, Barranquilla

- [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]. Disponible en: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewFile/5568/6993>
12. Balanza Galindo Serafín, Morales Moreno Isabel, Guerrero Muñoz Joaquín. Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una Población de Estudiantes Universitarios: Factores Académicos y Sociofamiliares Asociados. [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/1806/180613879006.pdf>
 13. Ferrel Ortega R., Barros A., Hernández Cantero O. Depresión y factores socio demográficos asociados en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud de una Universidad pública (Colombia). [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/n27/n27a03.pdf>
 14. Arturo Barraza Macía. El estrés académico en los alumnos de postgrado. 21 de febrero de 2004 [citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-postgrado/>
 15. Díaz Martín Y. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. Humanidades Médicas. Abril de 2010; 10(1):0-0.
 16. Bedoya Lau S A, Perea Paz M, Ormeño Martínez R. Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/4215/421539345004.pdf>
 17. Alba Ospina, Danie, Arenas Dávila, Ana María, Botero Ramírez, Flor Eugenia, Cañón Buitrago, Sandra Constanza; Estrés, estrategias de afrontamiento, estilos de aprendizaje, y comunicación asertiva, en una muestra de estudiantes del Programa de Medicina de la Universidad de Manizales, y diseño de un proceso de mejora. [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2738/273829753008.pdf>
 18. Tam Phun Elena, Claudia Benedita dos Santos. El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de Enfermería. Rev. Latino-Am Enfermagem [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18nspe/a03v18nspe.pdf>
 19. Monzón IMM. Estrés académico en estudiantes universitarios. Apunt Psicol. 2007; 25(1):87–99.
 20. Macías AB, García JLM, Salazar JTS, Flores EC, Contreras RA. Estresores académicos y género.: Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. Visión Educ IUNAES. 2012; 5(12):33–43.
 21. Barraza Macías, Arturo. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. Avances en Psicología Latinoamericana [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
 22. Barraza Macías, A., Quiñónez J. S. El Estrés Académico en los Alumnos de Educación Media Superior. Dialnet [Internet]. Disponible en: https://scholar.google.es/citations?user=RWQ_wG4AAAAJ&hl=es

23. Pozos-Radillo B, de Lourdes Preciado-Serrano M, Campos A, Acosta-Fernández M, de los Ángeles Aguilera V M, María de los Ángeles Aguilera V. Academic stress and physical, psychological and behavioral factors in Mexican public university students. 2015. Vol.-21(1):35-42.
24. Feldman L, Goncalves L, Chacon-Puignau G, Zaragoza J, Bagés N, De Pablo J. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. Univ Psychol. 2008; 7(3):739–751.
25. Trottni, M. L. A. M. Evaluación del estrés académico y los estilos de afrontamiento utilizados en estudiantes de educación superior de las carreras de Medicina y Nutrición de la Universidad Abierta Interamericana. 2013 [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC112723.pdf>
26. Padilla LP, Rojo AP, Hernández J, Contreras B licia E. Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. Contenido/Summary. 2010; 31.
27. Gómez DAD, Díaz ESM. Una aproximación psicosocial al estrés escolar. Educ Educ. 2009; 10(2).
28. Gutiérrez Rodas Javier Antonio, Montoya Vélez Liliana Patricia, Toro Isaza Beatriz Eugenia, Briñón Zapata María Adelaida, Rosas Restrepo Esmeralda, Salazar Quintero Luz Elena. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. Artíc Investig Científica O Tecnológica [Internet]. [Citado 28 de noviembre de 2016]; Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2611/261119491001.pdf>
29. García-Ros R, Pérez-González F, Pérez-Blasco J, Natividad LA. Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. Rev. Latinoam Psicol. 2012; 44(2):143–154.
30. Satchimo Namalyongo A, Nieves Achón ZI, Grau Ábalo R. Factores De Riesgo Y Vulnerabilidad Al Estrés En Estudiantes Universitarios. RISK FACTORS VULNERABILITY STRESS Coll Stud. Enero de 2013; 16(29):143-54.
31. Cuixart SN. Fisiología del estrés. Barc INSHT [Internet]. 1994 [citado 3 de diciembre de 2016]; Disponible en: http://catalunya.satse.es/es/content/download/10670/71562/file/ntp_355_fisiologia_estres.pdf
32. Duval F, González F, Rabia H. Neurobiología del estrés. Rev Chil Neuro-Psiquiatr. 2010; 48(4):307–318.
33. del Toro Añel AY, Gorguet Pí CM, González Castellanos M de los Á, Arce Gómez DL, Reinoso Ortega SM. Terapia floral en el tratamiento de estudiantes de medicina con estrés académico. Flower Ther Treat Med Stud Acad Stress. Julio de 2014;18(7):912-22.
34. Arturo Barraza Macía. Un Modelo Conceptual para el estudio del Estrés Académico. 2006 [Internet]. Vol.17N°3. Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>

35. Berrío García N, Mazo Zea R. Estrés Académico. Rev Psicol Univ Antioquia. Diciembre de 2011; 3(2):65-82.
36. Arturo Barraza Macías. Inventario SISCO del estrés académico. 2007. 17:12.
37. Barona EG, Jiménez JCR. Estrategias de prevención e intervención del Burnout en el ámbito educativo. Salud Ment. 2005; 28(5):27–33.
38. Gardner W, Nutting PA, Kelleher KJ, Werner JJ, Farley T, Stewart L, et al. Does the family APGAR effectively measure family functioning? J Fam Pract. 2001; 50(1):19–25.
39. DE ORIGEN DEL, EL POSTGRADO QPO. MEDICINA FAMILIAR APGAR FAMILIAR. [Citado 4 de diciembre de 2016]; Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/43554476.pdf>
40. Babor TF, Higgins-Biddle JC, Saunders JB, Monteiro MG. Cuestionario de Identificación de los Trastornos debidos al Consumo de Alcohol. Pautas Para Su Útil En Aten Primaria Ginebra Organ Mund Salud [Internet]. 2001 [citado 4 de diciembre de 2016]; Disponible en: http://www.who.int/entity/substance_abuse/activities/en/AUDITmanualSpanish.pdf?ua=1
41. Charvet Jiménez M del C. Escala de Hamilton para la Evaluación de la Depresión (Hamilton) (HRSD, HAM-D). 2016 [citado 4 de diciembre de 2016]; Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/20309>
42. Sandín B, Chorot P. Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar. Rev Psicopatología Psicol Clínica. 2003; 8(1):39–53.

ANEXOS

Anexo No 1. Consentimiento Informado.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN DE LA SALUD**

La presente investigación tiene como director al Dr. Ismael Morocho Malla y como asesor al Dr. Julio Alfredo Jaramillo Oyervide. Su autor es José Luis Santos Morocho, estudiante de la Maestría en Investigación de la Salud de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca. El objetivo de este estudio es determinar la prevalencia y factores asociados al estrés académico en los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados. Una vez revisado y si usted desea participar firme esta hoja de consentimiento.

Título del estudio: “Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016”

Procedimiento: si acepta participar voluntariamente en este estudio se le solicitará firmar este consentimiento informado y responder las preguntas de un formulario de recolección de datos sobre el estrés académico.

Beneficios: la información contribuirá a esclarecer la presencia de estrés académico en las carreras de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca. Contribuirá al análisis de los eventos estresores propios de la gestión de la docencia y que constituyen elementos de vulnerabilidad. Aportará un conocimiento más integrado del estrés académico desde el enfoque transaccional al determinar sus manifestaciones, agentes estresores y estrategias de afrontamiento.

Riesgos: la participación en la presente investigación no implica riesgo físico ni psicológico. Sin embargo puede existir incomodidad al responder algunas preguntas por lo que usted está en libertad de no contestarlas.

Confidencialidad: la información colectada y los resultados obtenidos se emplearán en el desarrollo de la tesis de Maestría en Investigación de la Salud y en posibles publicaciones futuras en revistas científicas, siempre respetando la confidencialidad de la información personal de los participantes.

La participación es voluntaria: su participación es voluntaria pudiendo retirarse del estudio cuando así lo desee, inclusive luego de firmar el consentimiento informado.

Costo y remuneración: no deberá cancelar valor económico ni recibirá ningún tipo de remuneración por participar en este estudio.

Preguntas: si tiene alguna duda sobre esta investigación comuníquese con José Luis Santos Morocho al móvil 0987820191 o al correo electrónico: santosjosek1@gmail.com

CONSENTIMIENTO

Yo,..... con número de cédula de identidad #....., libremente y sin ninguna presión, acepto participar en este estudio. Estoy de acuerdo y reconozco todo lo previamente mencionado en este documento. He sido informado/a de que puedo hacer preguntas sobre esta investigación y que libremente puedo decidir sobre mi participación sin que esto acarree perjuicio alguno a mi persona.

.....

Firma del/la participante del estudio

Anexo No 2. Formulario de recolección de la Información



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN DE LA SALUD

Formulario N°.....

El presente formulario tiene como objetivo determinar la prevalencia del estrés académico y factores asociados en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016. La sinceridad con que respondan será de gran utilidad para la investigación.

Instrucciones: llene los espacios en blanco según sea la pregunta. Señale con una **X** la opción que mejor le parezca en las preguntas de opción múltiple.

1. Edad:	<input type="text"/>
2. Sexo:	Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/>
3. Residencia:	Urbana <input type="checkbox"/> Rural <input type="checkbox"/>
4. Estado Civil:	Soltero <input type="checkbox"/> Casado <input type="checkbox"/> Divorciado <input type="checkbox"/> Viudo <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/>
5. Carrera que estudia:	Medicina <input type="checkbox"/> Odontología <input type="checkbox"/> Enfermería <input type="checkbox"/> Psicología Clínica <input type="checkbox"/>
6. Ciclo que cursa:	<input type="text"/>

7.- con que etnia se identifica: _____

8.-Ud. considera que el estar repitiendo el ciclo académico le genera preocupación o nerviosismo SI__No__

9.-Marque con una X en la respuesta que mejor se ajuste a su situación personal.

	Casi nunca	A veces	Casi siempre
¿Está satisfecho con la ayuda que recibe de su familia cuando tiene un problema?			
¿Conversan entre ustedes los problemas que tienen en casa?			
¿Las decisiones importantes se toman en conjunto en la casa?			
¿Está satisfecho con el tiempo que usted y su familia pasa juntos?			
¿Siente que su familia le quiere?			

10.-Marque con una X la opción de las preguntas sobre su consumo de bebidas alcohólicas durante el último año.

¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?

Nunca	
Una o menos veces al mes	
De 2 a 4 veces al mes	
De 2 a 3 veces a la semana	
4 o más veces a la semana	

¿Qué cantidad de bebidas alcohólicas suele tomar en un día de consumo normal?

1 o 2	
3 o 4	
5 o 6	
7, 8, o 9	
10 o más	

¿Con qué frecuencia toma 6 o más bebidas alcohólicas en un solo día?

Nunca	
Menos de una vez al mes	
Mensualmente	
Semanalmente	
A diario o casi a diario.	

¿Con qué frecuencia, ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?

Nunca	
Menos de una vez al mes	
Mensualmente	
Semanalmente	
A diario o casi a diario.	

¿Con qué frecuencia, no pudo hacer lo que se esperaba de usted porque había bebido?

Nunca	
Menos de una vez al mes	
Mensualmente	
Semanalmente	

A diario o casi a diario.

¿Con qué frecuencia, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse, después de haber bebido mucho el día anterior?

Nunca	
Menos de una vez al mes	
Mensualmente	
Semanalmente	
A diario o casi a diario.	

¿Con qué frecuencia, ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?

Nunca	
Menos de una vez al mes	
Mensualmente	
Semanalmente	
A diario o casi a diario.	

¿Con qué frecuencia, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo?

Nunca	
Menos de una vez al mes	
Mensualmente	
Semanalmente	
A diario o casi a diario.	

¿Usted o alguna otra persona ha resultado herido porque usted había bebido?

Nunca	
Sí, pero no en el curso del último año	
Sí, el último año	

¿Algún familiar, amigo, médico o profesional sanitario ha mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?

Nunca	
Sí, pero no en el curso del último año	
Sí, el último año	

11.-Marque con una X la casilla que mejor refleje su situación actual.

	Nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi siempre	Siempre
Me siento triste, desamparado, inútil. Me encuentro pesimista. Lloro con facilidad					
Me siento culpable. Creo haber decepcionado a los demás.					
Me parece que no vale la pena vivir. Desearía estar muerto. Pienso en quitarme la vida.					
Me siento incapaz de realizar mi trabajo. Hago mi trabajo peor que antes. Me siento cansado, débil. No tengo interés por nada.					
Me encuentro lento, parado. Me cuesta concentrarme en algo y expresar mis ideas.					
Me encuentro tenso, irritable. Todo me preocupa y me produce temor. Presiento que algo malo puede ocurrirme.					
Me siento preocupado por notar palpitaciones, dolores de cabeza. Me encuentro molesto por mi mal funcionamiento intestinal. Necesito suspirar. Sudo copiosamente. Necesito orinar con frecuencia.					
Me siento preocupado por el funcionamiento de mi cuerpo y por el estado de mi salud. Creo que necesito ayuda médica.					
A veces me siento como si no fuera yo, o lo que me rodea no fuera normal.					
Recelo de los demás, no me fío de nadie. A veces me creo que alguien me vigila y me persigue donde quiera que vaya.					
Tengo dificultad para conciliar el sueño. Tardó mucho en dormirme.					
Tengo un sueño inquieto, me despierto fácilmente y tardo en volver a dormirme.					
Me despierto muy temprano y ya no puedo volver a dormirme.					
Me siento intranquilo e inquieto, no puedo estar quieto. Me retuerzo las manos, me tiro de los pelos, me muerdo las uñas, los labios.					
Tengo poco apetito, sensación de pesadez en el abdomen. Necesito alguna cosa para el estreñimiento.					
Me siento cansado y fatigado. Siento dolores, pesadez en todo mi cuerpo. Parece como si no pudiera conmigo.					
No tengo ninguna apetencia por las cuestiones sexuales. Tengo desarreglos menstruales.					
Peso menos que antes. Estoy perdiendo peso.					
No sé lo que pasa, me siento confundido.					
Por las mañanas(o por las tardes me siento peor)					
Se me meten en la cabeza ideas, me dan constantes vueltas y no puedo librarme de ellas.					

12. Marque con una X la opción que mejor represente al ¿Cómo se ha comportado ante situaciones de estrés?

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente					
Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal					
Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema					
Descargué mi mal humor con los demás					
Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas					
Le conté a familiares o amigos cómo me sentía					
Asistí a la Iglesia					
Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados					
No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas					
Intenté sacar algo positivo del problema					
Insulté a ciertas personas					
Me enfoqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema					

Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema					
Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)					
Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo					
Comprendí que yo fui el principal causante del problema					
Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás					
Me comporté de forma hostil con los demás					
Salí al cine, a cenar, a dar una vuelta, etc. para olvidarme del problema					
Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema					
Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema					
Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema					
Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación					
Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes					
Agredí a algunas personas					
Procuré no pensar en el problema					
Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal					
Tuve fe en que Dios remediaría la situación					
Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas					
Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema					
Experimenté personalmente eso de que “no hay mal que por bien no venga”					
Me irrité con alguna gente					
Practiqué algún deporte para olvidarme del problema					
Pedí a algún amigo o familiar que me indicaran cuál sería el mejor camino a seguir					
Recé					
Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema					
Me resigné a aceptar las cosas como eran.					
Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor.					
Luché y me desahugué expresando mis sentimientos					
Intenté olvidarme de todo.					
Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesite manifestar mis sentimientos					
Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar					

Responda a la siguiente pregunta seleccionando entre sí o no. En caso de seleccionar “SI” por favor continuar con las siguientes preguntas; en caso de seleccionar “NO” se da por concluida su participación en este formulario.

13. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- ☐ Si
☐ No

14. En la escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

15. Señala con una X con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
El no entender los temas que se abordan en la clase					
La participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
El tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

16. Señala con una X con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones cuando estabas preocupado o nervioso.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Cuando está preocupado o nervioso tienes insomnio y pesadillas.					
Cuando está preocupado o nervioso se siente cansado todo el tiempo.					
Cuando está preocupado o nervioso tiene dolor de cabeza o migraña.					
Cuando está preocupado o nervioso presenta problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Cuando está preocupado o nervioso se rasca, se muerdes las uñas, etc.					
Cuando está preocupado o nervioso tiene somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Cuando está preocupado o nervioso se pone inquieto, no puede relajarte y esta intranquilo.					
Cuando está preocupado o nervioso se siente deprimido, triste y decaído.					
Cuando está preocupado o nervioso se siente ansioso, angustiado o desesperado.					
Cuando está preocupado o nervioso tiene problemas de concentración.					
Cuando está preocupado o nervioso es agresivo o irritable.					
Cuando está preocupado o nervioso es conflictivo, polemiza o discute.					
Cuando está preocupado o nervioso se aísla de los demás.					
Cuando está preocupado o nervioso tiene desgano para realizar las labores escolares.					
Cuando está preocupado o nervioso aumenta o reduce del consumo de alimentos.					
Otra _____ (Especifique)					

17. Señala con una X con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Ante una situación que le provoca preocupación o nerviosismo defiende sus preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros					
Ante una situación que le provoca preocupación o nerviosismo tiende a elaborar un plan y ejecutar sus tareas					
Ante una situación que le provoca preocupación o nerviosismo se elogia a sí mismo para sentirte mejor.					
Ante una situación que le provoca preocupación o nerviosismo reza o asiste a misa.					
Ante una situación que le provoca preocupación o nerviosismo busca información sobre la situación.					
Ante una situación que le provoca preocupación o nerviosismo habla con alguien acerca de esa situación que le preocupa.					
Otra _____ (Especifique)					

GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN

Investigador: José Luis Santos Morocho.

Fecha de encuesta

Anexo No 3. Cribas de Calificación de los Test**Test APGAR familiar**

0-3 = Disfunción grave

4-6 = Disfunción leve

7-10= Normofuncional

(REP): 3, 10, 17, 24, 31, 38

(EEA): 4, 11, 18, 25, 32, 39.

(EVT): 5, 12, 19, 26, 33, 40.

(BAS): 6, 13, 20, 27, 34, 41.

Test APGAR familiar dicotomizado

0- 6 = Disfuncionalidad familiar

7-10 = Normofuncional

(RLG): 7, 14, 21, 28, 35, 42.

Test de AUDIT

0-7 = Sin problemas de Consumo

8-12 = Consumo de riesgo

13-19=Consumo perjudicial

>20=Dependencia alcohólica.

Técnica de Estaninos para la escala Likert, usada para establecer los puntos de corte e interpretación del total del cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)

0 -53 Afrontamiento inadecuado

54 - 88 Afrontamiento medianamente adecuado

89-168 Afrontamiento Adecuado

Test de AUDIT dicotomizado

0-7 = Sin problemas de Consumo

8- >20 = Consumo de alcohol

Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) Dicotomizado

0 -53 = Afrontamiento inadecuado

54 – 168 = Afrontamiento adecuado

Escala de Hamilton

0-7= No Depresión

8-13=Depresión menor

14-18=Depresión moderada

19-22=Depresión severa

> 23=Depresión muy severa.

Inventario SISCO

* Pregunta filtro

No = Sin estrés Académico.

Escala de Hamilton dicotomizada

0-7= No Depresión

8->23=Depresión

0-33 = Leve

34-66 = Moderado

67-100 = Profundo

Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)

(FSP): 1, 8, 15, 22, 29, 36.

(AFN): 2, 9, 16, 23, 30, 37.

Inventario SISCO Dicotomizado

0 = Sin Estrés Académico

1-100 = Estrés Académico

Anexo No 4. Calculo de la muestra en EPI INFO

Encuesta poblacional o estudio descriptivo mediante un muestreo aleatorio (no cluster)

Nivel confianza	Tamaño muestra
80%	146
90%	235
95%	325
97%	391
99%	529
99.9%	793
99.99%	1025

Tamaño población: 3819

Frecuencia esperada: 36.3%

Limites de confianza: 5.0%

Anexo No 5. Operacionalización de las variables

Variable	Definición Conceptual	Dimensión	Indicador	Escala
Edad	Tiempo cronológico desde el nacimiento hasta el momento de la encuesta.	Tiempo en años	Años cumplidos	Numérica
Sexo	Condición biológica que clasifica a las personas en mujeres y hombres.	Fenotípica	Características sexuales secundarias que se pueden observar	Nominal Femenino Masculino
Residencia	Lugar en el cual donde vive o habita en la actualidad.	Geográfica	Lugar de residencia referido por el estudiante en la encuesta.	Nominal Urbana Rural
Estado civil	Situación de las personas determinada por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes.	Sociedad conyugal legal	Registro formulario.	Nominal Soltero /a Casado/a Divorcido/a Unión Libre Viudo/a
Carrera	Serie de estudios que el estudiante debe cumplir para desarrollar las capacidades y acceder a un título en el área de Ciencias de la Salud.	Académica	Registro del formulario.	Nominal Medicina Odontología Enfermería Psicología Clínica.
Ciclo académico que cursa	Nivel de estudios que se encuentra el estudiante con respecto a su carrera de Ciencias de la Salud.	Académica	Nivel de estudios al momento de la encuesta.	Ordinal Fundamentación teórica (1-5) Formación preprofesional (6-9)
Repitencia	Repetir un ciclo de estudio reprobado.	Académica	Repitencia del ciclo	Nominal Sí / No
Funcionalidad familiar	Mayor o menor posibilidad de adaptación, participación, crecimiento, afectividad y capacidad para resolver	Psicosocial	Test APGAR de familiar	0-3 = Disfunción grave 4-6 = Disfunción leve 7-10= Normofuncional

	problemas dentro del hogar, considerando como determinantes en la interrelación.			
Consumo de alcohol	Un patrón problemático de consumo de alcohol que provoca un deterioro o malestar clínicamente significativo en el área personal, social y laboral.	Psicopatológica	Test AUDIT de	0-7 = Sin problemas de Consumo 8-12 = Consumo de riesgo 13-19=Consumo perjudicial >20=Dependencia alcohólica.
Depresión	Trastorno del estado de ánimo que se manifiesta con síntomas de predominio afectivo que se manifiesta con: tristeza patológica, apatía, anhedonia, desesperanza, decaimiento, irritabilidad, sensación subjetiva de malestar e impotencia frente a las exigencias de la vida.	Afectiva	Escala de Hamilton	0-7= No Depresión 8-13=Depresión menor 14-18=Depresión moderada 19-22=Depresión severa > 23=Depresión muy severa.
Afrontamiento	Son los esfuerzos conductuales y cognitivos que lleva a cabo el estudiante para hacer frente al estrés académico.	Conductual y cognitiva	Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)	-Focalizado en la solución del problema (FSP): 1, 8, 15, 22, 29, 36. -Autofocalización negativa (AFN): 2, 9, 16, 23, 30, 37. -Reevaluación positiva (REP): 3, 10, 17, 24, 31, 38 -Expresión emocional abierta (EEA): 4, 11, 18, 25, 32, 39. -Evitación (EVT): 5, 12, 19, 26, 33, 40. -Búsqueda de apoyo social (BAS): 6, 13, 20, 27, 34, 41.

				-Religión (RLG): 7, 14, 21, 28, 35, 42.
Total del Afrontamiento	Permite evaluar la totalidad de las conductas y conocimiento de las personas, para hacer frente al estrés académico.	Conductual y cognitiva	Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)	0 -53 Afrontamiento inadecuado 54 – 88 Afrontamiento medianamente adecuado 89-168 Afrontamiento Adecuado
Estrés académico	Es una condición psicológica frente a las exigencias académicas. Esta reacción activa y moviliza al organismo para responder con eficacia y conseguir las metas y objetivos. Sin embargo, en ocasiones, podemos tener demasiadas demandas al mismo tiempo, lo que puede agudizar problemas de salud.	Cognitiva.	Inventario SISCO	* Pregunta filtro No = Sin estrés Académico. 0-33 = Leve 34-66 = Moderado 67-100 = Profundo

Anexo No 6. Pilotaje.

**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN DE LA SALUD**

**Informe de pilotaje del instrumento de recolección de datos de la tesis titulada
“PREVALENCIA DE ESTRÉS ACADÉMICO Y FACTORES ASOCIADOS EN
ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE CUENCA, 2016”**

El día 18 de octubre del 2016 a las 9:30pm, se procedió a realizar el pilotaje del formulario que se usará en la tesis titulada: **“Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016.”** La prueba piloto se realizó con la participación de 35 estudiantes de la Universidad de Cuenca, Facultad de Medicina, Escuela de Tecnología Médica, carrera de Fonoaudiología.

Para realizar esta aplicación se realizó la petición de autorización a la Directora de la Carrera, posteriormente el investigador dio la explicación pertinente sobre los objetivos del estudio y la importancia de la validación del cuestionario.

Este pilotaje fue aplicado para garantizar la comprensión y fiabilidad del cuestionario, se tomó en cuenta los siguientes aspectos:

- Firma del consentimiento informado de los participantes.
- Cronometraje del tiempo necesario para la encuesta; siendo éste de 20 minutos.
- Estructura semántica, de esta manera permite asegurar y mejorar la comprensión de todas las preguntas, por lo que no fue necesario realizar cambios ni modificaciones.

La retroalimentación dada por los encuestados confirma que las preguntas eran entendibles, fáciles de contestar y apegadas al contexto de la población.

INFORME DE PILOTAJE**Alpha de Cronbach con SPSS**

- Se calculó la suma de las preguntas y se halló la varianza de las preguntas y la suma.

Estadísticos descriptivos

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.	Varianza
Edad	35	17	22	18,26	1,336	1,785
Sexo	35	1	2	1,80	,406	,165
Residencia	35	1	2	1,20	,406	,165
Estado Civil	35	1	2	1,03	,169	,029
Etnia	35	1	2	1,97	,169	,029
Carrera	35	1	1	1,00	,000	,000
Ciclo	35	1	1	1,00	,000	,000
Repitencia	35	1	2	1,09	,284	,081
Funcionalidad familiar	35	2	10	7,14	2,341	5,479
Consumo Alcohol	35	10	31	21,97	5,706	32,558
Depresión	35	9	57	33,71	13,908	193,445
Afrontamiento	35	45	133	83,74	21,466	460,785
SISCO	35	0	136	100,57	25,492	649,840
SUMA	35	190,00	368,00	279,2571	44,78008	2005,255
N válido (según lista)	35					

Alfa de Crombrach.

	N	%
Cas Válidos	35	100,0
os Excluidos	0	,0
Total	35	100,0

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,824	14

Fiabilidad del formulario es > 0.8 por lo que es considerada buena, por lo que se procede a la toma de la muestra aleatorizada en la población.

Responsable de la validación del formulario: José Santos Morocho

Anexo No 7. Autorización para el estudio.

**UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE CUENCA**
COMUNIDAD EDUCATIVA AL SERVICIO DEL PUEBLO



ucacue
COMUNIDAD EDUCATIVA AL SERVICIO DEL PUEBLO
RECTORADO

Mano de Enrique Pozo Cabrera

12-10-16

Cuenca, 11 de octubre de 2016

Señor Doctor
Mgs. Enrique Pozo Cabrera.
RECTOR DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA
Su Despacho-

De mi consideración

Distinguido Señor Rector por medio de la presente le hago llegar un afectuoso saludo.

A la vez solicito respetuosamente me autorice realizar un estudio observacional, analítico de corte transversal en estudiantes de las carreras de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica, con el objetivo de determinar la prevalencia del estrés académico y sus factores asociados.

Este estudio servirá como trabajo de investigación previo a la obtención del grado académico de Magister en Investigación de la Salud, posgrado que estoy finalizando en la Universidad de Cuenca. Facultad de Ciencias Médicas.

Este estudio encaja con la línea de investigación de la UCACUE "Atención integral a la salud mental" por lo que causaría impacto en la comprensión de que la Universidad Católica de Cuenca participa activamente en la determinación del estado de salud de sus estudiantes, promoviendo una universidad que favorece al desarrollo de individuos saludables, plenos y protagonistas activos de la construcción del conocimiento.

Por su autorización y su apoyo anticipo mi agradecimiento.

Mano de José Luis Santos Morocho
Mgs. José Luis Santos Morocho., Esp.
DOCENTE TITULAR-UCACUE

Av. Americas y Humboldt, Cuenca-Ecuador Tel: (593)7 2830 751
www.ucacue.edu.ec

**CONSOLIDADO DE MATRICULADOS POR SEDE Y CARRERA DE CIENCIA
DE LA SALUD**

Semestre : SEPTIEMBRE
2016 - FEBRERO
2017
Sede : MATRIZ CUENCA
Modalidad : PRESENCIAL
Tipo : PREGRADO

Ciclos	Carrera Profesional	Total
1-8	ENFERMERIA	463
1-10	MEDICINA	1695
1-8	ODONTOLOGIA	1057
1-8	SICOLOGIA CLINICA	604
TOTAL:		3819





**UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE CUENCA**
COMUNIDAD EDUCATIVA AL SERVICIO DEL PUEBLO

Cuenca, 12 de octubre de 2016

Señor
Ing. Cristian Cárdenas
DIRECTOR DE TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC)
Su Despacho-

De mi consideración

Distinguido Señor Director por medio de la presente le hago llegar un afectuoso saludo y solicito respetuosamente me ayude con la siguiente información:

- Totalizado de estudiantes de las carreras de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica correspondientes al ciclo septiembre 2016 febrero 2017. Formato digital excel e impreso.
- Nómina de estudiantes por ciclo de las carreras de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica correspondientes al ciclo septiembre 2016 febrero 2017. Formato digital excel e impreso.

Esta información servirá para realizar un estudio observacional, analítico de corte transversal en estudiantes de las carreras de Medicina, Odontología, Enfermería y Psicología Clínica, con el objetivo de determinar la prevalencia de estrés académico y sus factores asociados.

Por su apoyo anticipo mi agradecimiento.


José Luis Santos Morocho.

Adj: oficio dirigido al Señor Rector de la UCACUE.



avocado



12 OCT 2016



Av. Americas y Humboldt, Cuenca-Ecuador Tel: (593)7 2830 751

www.ucacue.edu.ec

Cuenca, 01 de noviembre de 2016

Dra. Susana Peña Cordero., Mgs.

DECANA DE LA UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

Su despacho

De mi consideración

Distinguida Señora Decana reciba un afectuoso saludo.

Por medio de la presente solicito respetuosamente me autorice aplicar una encuesta a 159 de la carrera de Medicina, 99 de Odontología, 43 de Enfermería y 57 de Psicología Clínica modalidad ciclos, los mismos que fueron seleccionados de manera aleatoria para participar de un estudio sobre el estrés académico y factores asociados.

Esta investigación servirá como trabajo previo a la obtención del título de Magister en Investigación de la Salud, posgrado que me encuentro cursando en la Universidad de Cuenca. Facultad de Ciencias Médicas.

Por la favorable acogida que dará al presente anticipo mi agradecimiento.

Atentamente

José Luis Santos Morocho

DOCENTE-UCACUE

RECIBIDO
HORA: 19:15 FIRMA: [Firma]

Adj. Copia de la autorización extendida por el Señor Rector de la Universidad Católica de Cuenca

Rector